Revista del Consumidor

Procuraduría Federal del Consumidor • México • Número 309 • Noviembre 2002 • www.profeco.gob.mx • $ 18.00 • ISSN 0185-8874

A pedalear todos:

- Calidad de bicicletas
- Cuánto cuesta ser ciclista
- Rutas de ciclismo

Jugos ¿de la naturaleza al envase?

Todo sobre agencias funerarias

Mercancía robada ¿es usted cómplice?

Quién es quién en los precios de bicicletas

Profeco

En la TV Revista del Consumidor

nos modernizamos

para darte un programa de

mayor calidad

- En el **Distrito Federal**, el programa se transmite por el **canal 2** los martes de **5:30** a **6:00** hrs. y por el **canal 13** los viernes de **5:00** a **5:30** hrs.

- Además, ahora nos puedes ver por el **Canal del Congreso** de la televisión por cable, todos los **lunes** de **11:00** a **11:30** hrs. y los **jueves** de **10:00** a **10:30** hrs.

- Estamos también en todos los **canales del área metropolitana** y en todos los **estados de la República** en los **tiempos oficiales de RTC**.

- **Haz el programa con nosotros**: déjanos tus **sugerencias** y **recomendaciones** en el **correo de voz** del **Teléfono del Consumidor** (**5568-8722** y larga distancia sin costo **01-800-903-1300**).

¡Y escúchate!

- **Recuerda** que transmitimos en **220 estaciones de radio** y **60 de T. V.** en todo el país, por lo que no es posible dar la programación completa en este espacio: nuevamente te pedimos que **¡consultes la cartelera!**

Profeco

SUMARIO

Noviembre 2002 • Núm. 309

El Laboratorio Profeco reporta

A pedalear todos:
• Calidad de bicicletas 36

Buzón del lector 4

Miscelánea del consumo 6

Consumo del futuro 10
• Verichip: ¿un satélite me vigila?

25 derechos básicos 13
• Devolución, cambio o reembolso

Radiografía de los servicios 14
• Servicios funerarios: todo lo que necesita saber

Reporte especial 26
• Tanatología

Análisis de la publicidad 54
• Totalmente sin sentido

Qué hay detrás de... 56
• Mercancía robada

Los consumidores opinan 60
• ¿Es usted cómplice?

A su salud 62
• Cuídese responsablemente

Miscelánea de salud 65

Ecoconsumo 72
• ¿Qué pasa con la capa de ozono?

Pequeños consumidores 76

Yo, consumidor 78

Menú sabio
• Crema de papa y calabacita
• Tortitas de arroz reciclado
• Rajitas jarochas
• Crema de limón
• Agua de cítricos con hierbabuena

67

Curiosidades
De la bicicleta
42

¿Cuánto cuesta?
La aventura del ciclismo
44

Rutas de ciclismo
Dónde pedalear
46

Quién es quién en los precios de
Bicicletas
48

Hábitos de consumo
Cómo compramos bicicletas
52

El Laboratorio Profeco reporta 32
• Jugos envasados

Directorio

Procuradora Federal del Consumidor
María Eugenia Bracho González

Coordinador General de Investigación y Divulgación
Luis Mariano Acévez Estrada

Directora General de Publicaciones
Mónica Braun Guillén

Revista del Consumidor

Director Editorial
Mateo Miguel García

Directora de Arte y Diseño
Norma Patiño Domínguez

Jefa de Redacción
Jacqueline Ruiz Gómez

Jefa de Información
Alejandra Sánchez Plascencia

Reporteros
Lorena M. Romo Maldonado
José Armando Aguilar Pérez

Jefes de Diseño Gráfico
Víctor M. Gutiérrez García
Pedro O. Castellanos Gómez

Diseño
Mónica Miranda Villalba, Margarito Sánchez Cabrera
Alfonso J. Solís Loza, Roberto Paz Amaya

Jefa de Corrección
Dora Torres Ponce

Consejo Editorial
María Eugenia Bracho González,
Luis Mariano Acévez Estrada,
Rafael Adrián Avante Juárez,
Ignacio Bravo Betancourt Larrañaga,
María del Socorro España Lomelí,
Efrén García García, Raúl García Moreno Elizondo,
Carlos Miguel Jaime Vázquez,
José Meljem Moctezuma

Teléfono
5568-8722

Publicidad institucional y fax
5553-0574

Envíenos sus comentarios y sugerencias a José Vasconcelos 208, piso 14, colonia Condesa,
C. P. 06140, Delegación Cuauhtémoc;
al apartado postal 20600, México, D. F.;
o vía Internet: rconsumidor@profeco.gob.mx

Foto de portada
Boris de Swan

Fotoarte
Roberto Paz Amaya

No sea cómplice del delito

Todos sabemos que al comprar un producto en el comercio informal y a la mitad de su precio habitual, lo más probable es que estemos consumiendo un producto robado, falsificado o de contrabando. Claro que ante la "ganga", es muy fácil hacerse de la vista gorda.

Sin embargo, adquirir estos productos ampara la evasión de impuestos y deja a muchos mexicanos sin empleo, lo que indirectamente afecta a todos. Además, esta mercancía no tiene garantía, y en caso de algún desperfecto el consumidor no podrá reclamar; por si fuera poco, esta actividad es un delito.

Es verdad que una parte de la solución está en manos de las autoridades, pero la otra recae directamente en nosotros: los delincuentes seguirán robando, falsificando y contrabandeando mercancía mientras tengan a quién vendérsela con el anzuelo de que es más barata.

Lo invitamos a reflexionar sobre lo que muchas veces los consumidores hacemos en detrimento de nuestro propio presupuesto: no compre mercancía ilegal.

FÁBULAS DE UN CONSUMIDOR COMPULSIVO
POR: TRINO
¡ASÍ ES DON TRÁCALA ESTOY CURADO!
AY, SÍ
FUÍ CON UNOS AMIGOS QUE TRABAJAN EN LA REVISTA DEL CONSUMIDOR Y ME ASESORARON
¡ME DIJERON QUE YO ERA UN CONSUMIDOR COMPULSIVO Y QUE DEBERÍA PENSAR EN MI FUTURO!
¡Y ME RECOMENDARON QUE NUNCA... NUNCA LE HICIERA YO CASO A USTED!
PÓNGAME A PRUEBA, ANDE, TRATE DE VENDERME ALGO
¡NO!
¡P-PERO... ANDELE DON TRACALA! ¡LE JURO QUE ESTOY CURADO!
¡LE CREO... ADIÓS!
P-PERO... ¿ME CREE?
¡O SEA QUE SÍ ESTOY CURADO!
¡NO TENGO NECESIDAD DE COMPRAR... QUÉ ALIVIO!
¡YA VIENE EL INVIERNO... TENGO UNOS CALENTADORES BARATITOS... DIGO, YO NOMÁS DIGO!
¡AY! ¡UG!
¡EN LA COMPRA LES REGALAMOS UN NACIMIENTO!
¡QUIERO ESE CALENTADOR!
¡QUÉ BUENO QUE ESTÁ CURADO!
$
¡AHORA SÍ! ¡A PONER MI NACIMIENTO!
¡BUENA SUERTE!
¿POR QUÉ TODOS LOS MONITOS TIENEN OVEROL Y QUESITOS?
E-ES UN NACIMIENTO MENONITA, LINDA
TRINO

Su opinión es importante
Aquí escribe usted

Envíenos sus comentarios acerca de la revista a Av. José Vasconcelos 208, piso 14, colonia Condesa, C. P. 06140, México, D. F., por Internet a **rconsumidor@profeco.gob.mx,** o bien, vía fax al (55) 5553-0574. **Esperamos sus cartas.**

Tecnologías y Menú Sabio en la red

Al visitar la página de **Profeco** en Internet, no pude encontrar las secciones de tecnologías domésticas y menú sabio. ¿Podrían decirme cómo acceder a ellas?

Agustín César Sevilla Hernández

Tanto las tecnologías domésticas como los platillos sabios pueden consultarse en nuestra página de Internet: www.profeco.gob.mx. Lo único que tiene que hacer es seleccionar la opción de ***Información para el consumo*** *que se encuentra en el lado izquierdo de la pantalla, y justo debajo aparecerá un listado de vínculos, entre los que se encuentran los de* ***Tecnologías domésticas*** *y* ***Comer rico, comer sano****.*

Dulce tentación

Les envío un cordial saludo y una felicitación por su excelente revista. Leí su artículo publicado en el mes de julio sobre dulces mexicanos tradicionales, y me gustaría saber más acerca de ellos: recetas, métodos de elaboración, etcétera. ¿Podrían decirme dónde puedo obtener esta información?

Ing. Francisco Rico R.

Agradecemos sus felicitaciones, y con respecto a su solicitud, le informamos que en la sección de Tecnologías domésti-cas de nuestra página de Internet, www.profeco.gob.mx, podrá encontrar varios procedimientos para elaborar estas tradicionales delicias. También le recomendamos el libro de Rita Molinar, Dulces Mexicanos, *publicado por la editorial Pax-México, en el que aparecen un sinfín de recetas.*

¿Piratería por mala calidad?

En la edición de julio de su revista apareció una miscelánea del consumo titulada "Los corsarios del ritmo", en la cual se muestra en cifras el problema de la piratería.

Yo estoy en contra de este fenómeno, de hecho, en mi colección, que consta de más de 300 discos compactos, nada más dos son "quemados". Sin embargo, creo que el negocio de la piratería ha prosperado, no sólo porque los discos sean mucho más baratos, sino también porque las disqueras no cuidan la calidad del contenido del compacto; en la mayoría de los casos, las canciones promocionadas son las únicas que realmente valen la pena, ¿quién estaría dispuesto a pagar de 180 a 250 pesos por una sola canción?

Otro caso son las compilaciones de éxitos, que en su mayoría están conformadas por temas que ni siquiera se oyeron en el radio, y dejan fuera otros temas que sí fueron éxitos del artista.

Quiero aclarar que no estoy justificando la piratería, pero sí sería bueno que las compañías productoras "se pusieran las pilas", y se dieran cuenta de que los piratas y los consumidores no son los únicos culpables, también ellos participan en el asunto al no ofrecer un producto de calidad.

Jorge Ávila Morales

Para su información, en nuestro próximo número abordaremos más ampliamente el tema de la piratería de todo tipo de artículos. Le comunicamos también que hemos canalizado su correo a la Asociación Mexicana de Productores de Fonogra-mas y Videogramas (Amprofon) para que consideren su opinión.

Quiere el **Quién** es **quién**

Me gustaría que regresara la delegación **Profeco** de Tehuacán, para así disponer de la publicación semanal *Quién es quién en los precios*.

Otro favor, este año sólo he podido comprar las revistas de enero y julio, pues se acaban muy rápido, por lo que les pido que me envíen los platillos sabios de febrero a junio.

Rosa de Lima González Rodríguez
Tehuacán, Puebla

Usted puede consultar diariamente una parte del Quién es quién en los precios, *elaborado por la delegación* ***Profeco*** *Puebla, en el periódico* Síntesis.
Respecto a los platillos sabios que nos solicita, le informamos que ya van en camino.

¿Qué **onda** con los *light*?

Compré la revista del mes de septiembre con el propósito de consultar el estudio de calidad realizado a la diversas marcas de alimentos para mascotas, en especial los *light*, pero no encontré nada acerca de este tipo de alimentos, por lo que les agradecería me proporcionaran más información.

Tania Ortiz
Distrito Federal

En efecto, el estudio de calidad de alimentos para mascotas que realizó nuestro Laboratorio de Pruebas no contempló ninguno light. *Sin embargo, si usted necesita información acerca de la calidad de las marcas que comercializan este tipo de alimentos, puede comunicarse a la Asociación de Alimentos para Mascota al teléfono (55) 5563-4600. Esperamos que estos datos le sean de utilidad.*

Agradecemos las felicitaciones y los comentarios de:

Guadalupe Ortiz León, Gustavo A. Lorita Rosas, Juan Antonio Guerrero Hernández, Juan Hernández Llorente, Liliana Hernández Castellanos, Ma. del Carmen Moreno Vázquez, Marisol Ruiz, Martha Imelda Sánchez López, Miguel Ángel Tinoco Osorio, Raquel Arias Ortiz

Hábitos de consumo en cuadernos

En el artículo "¿Cómo compramos útiles escolares?", que aparece en su número del mes de agosto de 2002, se dice que el 80 por ciento de las amas de casa compran la marca de cuadernos Scribe. Esta cifra difiere de los estudios de desplazamiento en puntos de venta y de participación de esta marca en el mercado de cuadernos en México que diferentes empresas de investigación y que nosotros, Productos Escolares Norma, elaboramos.

También se dice en el texto de referencia, que "hay concordancia entre los resultados de esta encuesta y los del estudio de calidad de útiles escolares realizado por el Laboratorio de **Profeco** en el caso de los cuadernos Scribe y los bolígrafos Bic, que se encuentran entre los mejor calificados y son también los que la gente adquiere".

No estoy de acuerdo con esta aseveración, pues cabe resaltar que en su estudio sólo siete marcas de Scribe obtuvieron la calificación de 100 puntos, mientras que de Norma fueron 13, lo que significa que de las 25 muestras analizadas de cada una de las marcas, el 52 por ciento de los cuadernos de Norma obtuvieron una puntuación de 100, mientras que de Scribe sólo el 28 por ciento.

Este tipo de comentarios confunde al consumidor y beneficia a algunas marcas, afectando a otras que intentamos llevar mejor calidad a nuestros consumidores.

Lic. Héctor E. Vázquez Monterrosas
Gerente de Mercadeo de BICO México
(Productos Escolares Norma)

El cuestionario de la encuesta fue diseñado para descubrir generalidades en los hábitos de consumo de la población, pero muchas veces nos enfrentamos al problema de que las personas tienden a recordar marcas inducidas por la publicidad, más que por sus compras reales.

Por otro lado, tal y como se menciona en el artículo, la encuesta realizada por ***Profeco*** *fue contestada por madres de familia con hijos en edad escolar y no considera la opinión de otros agentes que adquieren útiles escolares, como otras personas, empresas o instituciones, por lo que los resultados no necesariamente deben coincidir con los estudios realizados por empresas de investigación.*

Además, el artículo de la revista menciona que los cuadernos de la marca Scribe se encuentran entre los mejor calificados, mas no dice de ninguna manera que son los mejores. El comentario sobre la relación entre calidad y marca preferida simplemente desea ilustrar que las amas de casa tienen en consideración dicha relación, sin pretender en ningún momento dar preferencia a alguna marca.

Directorio del consumidor

Telsida (5666-7432, 01-800-712-0886 y 01-800-712-0889). Para cumplir con la tarea de hacerle la guerra al sida, en México existe Telsida, un número telefónico donde especialistas en el tema brindan apoyo psicológico, métodos de prevención, medicamentos a bajo costo, albergues y mucha información más acerca de esta enfermedad. Telsida atiende de lunes a viernes de las 9 a las 21 horas. Si desea obtener más detalles consulte la dirección electrónica en Internet www.ssa.gob.mx/conasida.

Chambanet (www.chambanet.gob.mx). Se trata de un servicio gratuito de bolsa de trabajo a través de Internet que la Secretaría del Trabajo y Previsión Social pone a disposición de empleadores y buscadores de empleo en el país. Aproveche este servicio y visite la página www.chambanet.gob.mx; ahí encontrará más información.

Acceso **total** para todos

El deseo de ayudar a las personas con algún tipo de deficiencia visual llevó a varios egresados de la carrera de Periodismo de la Escuela Nacional de Estudios Profesionales Aragón, a crear un sitio web hablado.

A través de la revista hablada *Vozeto*, Enrique Rodríguez, líder del proyecto, utiliza su voz para informar a personas con discapacidad visual acerca de noticias nacionales, política, cultura, deportes, espectáculos y publicidad. La dirección electrónica de este sitio es www.accesototal.info, y su contenido se actualiza semanalmente.

A la fecha, cerca de 10,000 personas de 30 diferentes países han consultado la página sin costo alguno, pues para entrar en ella no se requiere un *software* especial. Existen tres formas de navegar por accesototal.info: utilizando el ratón, tal y como se hace de manera habitual en otras páginas; con la ayuda de las teclas de tabulación, flechas y *enter*; o utilizando métodos abreviados (es decir, la primera letra del nombre de la sección).

Según sus creadores, ésta es la primera página web de su tipo en América Latina.

Marque, hable y deséchelo

Primero los pañuelos, poco después los pañales y recientemente las cámaras fotográficas. Pareciera que los fabricantes consideran que todo producto debe desarrollar una versión desechable, por lo que ahora toca el turno a los teléfonos celulares.

La empresa estadunidense Hop-on tiene listo para el mercado de ese país el primer celular que puede ser desechado después de agotar el tiempo de uso. Este novedoso teléfono, del tamaño de un mazo de cartas, se comercializará en próximas fechas a través de la página en Internet de la citada empresa y en tiendas, con un costo fijo de 40 dólares. Además de ser desechable, incluye 60 minutos de servicio, batería recargable, cargador, manos libres y micrófono.

Una vez agotado el crédito, existen tres alternativas: reactivarlo con tarjetas, regresarlo a la compañía para que lo recicle (por lo cual el cliente recibirá cinco dólares de bonificación) o simplemente desecharlo. Sin embargo, no se deje llevar por la moda y deténgase a reflexionar en que los componentes de estos teléfonos celulares no son degradables y sí altamente contaminantes.

¡Haga del cepillo su mejor amigo!

¿Sabía usted que, en México, 61% de los niños mayores de 6 años tienen caries?
¿Y que casi siempre consultamos al dentista sólo cuando no soportamos el dolor de una muela picada o algún otro problema grave?
Esto puede evitarse con buenos hábitos de higiene.

Ilustración Mónica Miranda Villalba

Del 4 al 8 de noviembre, participe en la Segunda Semana Nacional de Salud Bucal, donde encontrará, gratuitamente, más de 20 millones de actividades preventivas y 6 millones de actividades curativas en todo el territorio nacional, entre ellas:

* Pláticas sobre la importancia de la higiene bucal y cómo se debe realizar.

* Información sobre alteraciones bucales como caries, enfermedad parodontal, lesiones de riesgo en mucosas y cáncer bucal.

* Amalgamas, extracciones y aplicación de resinas.

Hospitales cibernéticos

Es común que cuando más prisa tenemos para entregar algún trabajo escolar o de oficina, nuestra computadora se "congele", el ratón no funcione o la impresora enloquezca y se niegue a imprimir.

Afortunadamente, tanto usted como su computadora pueden dejar de sufrir recurriendo a la asesoría de especialistas que, de manera gratuita a través de sitios de Internet, ofrecen un sinfín de op-ciones para arreglar los desajustes de su PC o Mac.

En nuestro país existen páginas co-mo www.sinbroncas.com, o el sitio www.drtecnologia.com, que orientan a los consumidores vía correo electrónico; lo único que tiene que hacer es ingresar a la página del portal y pedir asesoría sobre el problema que experimenta. Especialistas que fungen como verdaderos médicos de máquinas responden a todas las consultas, dan consejos para el mejor funcionamiento de las computadoras y hasta recomendaciones o precios de las mejores marcas.

También existen sitios españoles, como www.macuarium.com, en los que encontrará foros donde expresar sus dudas, crear escenarios en tercera dimensión y, para que no se aburra con tanto argot cibernético, tendrá la posibilidad de consultar noticias, novedades tecnológicas y juegos.

Seguridad a **bordo**

Las bolsas de aire en los asientos delanteros de los automóviles como medida de seguridad no son nada nuevo, pero ¿alguna vez se ha preguntado cuál es la protección reciben los pasajeros que ocupan los asientos traseros en caso de impacto?

Una reconocida marca francesa de autos creó las nuevas bolsas de aire antideslizamiento y las bolsas de aire frontales para los asientos posteriores. Las primeras estarán colocadas en el hule espuma debajo del asiento, para inflarse al momento del impacto y evitar que la persona se hunda y tenga rotación de pelvis, disminuyendo de esta forma los riesgos de lesión en el abdomen y la zona lumbar; las segundas estarán integradas a los cinturones de seguridad de los pasajeros para evitar choques de la cabeza de los niños contra las rodillas y, en el caso de los adultos, contra los asientos delanteros al momento del impacto, previniendo lesiones en el cuello y el tórax.

Las bolsas de aire frontales y antideslizamientos para asientos posteriores son adaptables a vehículos de tres puertas y se espera que se encuentren a la venta en el 2003.

Nueva leche fortificada Liconsa Tenutre =

niños bien nutridos = niños inteligentes y sanos

La fórmula es muy sencilla: dé a sus hijos la leche que, además de ser rica en proteínas, vitaminas, minerales, calcio y aminoácidos, ahora viene enriquecida con hierro, zinc, ácido fólico y vitaminas C, B_2 y B_{12}.

¡En sus manos está la fórmula para que crezcan sanos y fuertes!

Liconsa

Todos en circuito

Veri, chip

Por Jacqueline Ruiz

¿Le gustaría abrir su casa sin tener que cargar un juego de llaves? ¿Qué pensaría si su auto fuera capaz de reconocerlo a unos metros de distancia? ¿Y si no tuviera que recordar su número confidencial a la hora de utilizar un cajero? Los microcircuitos implantables nos acercan cada vez más a ese futuro.

Gracias a la aparición de los llamados *reality shows*, el voyeurismo se ha puesto de moda: no es extraño escuchar comentarios sobre el personaje que está nominado para salir de la casa, o lo mucho que ha mejorado tal o cual miembro de la escuela de talento. Las 24 horas del día es posible ver qué hacen, cómo viven y qué dicen los integrantes de estos programas.

El asunto no es escandaloso mientras se limita a personajes televisivos que se prestan a donar su intimidad a cambio de un poco de fama, pero ¿qué pensaría si usted también fuera monitoreado cada minuto de su vida?

Esto es ya una realidad desde hace varios años gracias al Sistema de Posicionamiento Global (GPS por sus siglas en inglés). Hasta ahora los dispositivos receptores de GPS que existían en el mercado se comercializaban en forma de relojes, pulseras, radiolocalizadores, etcétera. La implantación de circuitos de posicionamiento se realizaba sólo en animales.

Sin embargo, a principios de abril de este año, la empresa estadunidense Applied Digital Solutions obtuvo la aprobación de la Administración de Drogas y Alimentos de ese país (FDA por sus siglas en inglés) para comercializar un microtransistor implantable en humanos, llamado VeriChip, capaz de almacenar un número de identificación que permitirá a personal médico tener acceso, a través de tecnología GPS, al historial clínico del portador con tan sólo pasar un escáner por su cuerpo.

Lo novedoso del VeriChip es que no se limita al área médica; la empresa ha anunciado la posibilidad de ampliar el campo de acción del transistor a la radiolocalización satelital y al área de identificación financiera.

Para algunos, el VeriChip es el preámbulo de algo parecido al Gran Hermano que imaginó George Orwell en su libro *1984*; otros opinan que es un avance científico que podrá salvar la vida de miles y dar seguridad a aquellos que se sienten vulnerables a los ataques de delincuentes (en México, entiéndase secuestros). Lo cierto es que los microcircuitos implantables están empezando a comercializarse en Estados Unidos, y pronto llegarán a México.

De armatostes a microcircuitos

En un principio, los aparatos receptores GPS tenían el tamaño de un horno de microondas y se utilizaban principalmente en el ámbito militar, la nave-gación y la exploración. Ahora sus dimensiones varían, los hay desde los que se asemejan a un control remoto, hasta pequeños transistores ocultos en joyería y demás accesorios.

Una de las empresas que ha apostado a la aplicación de la tecnología GPS en la vida del consumidor promedio es Digital Angel (filial de Applied Digital Solutions). A través de relojes y radiolocalizadores, personas mayores y quienes padecen alguna enfermedad o discapacidad, así como niños, pueden ser monitoreados y ubicados por sus familiares en caso de extravío.

Estos accesorios funcionan igual que el VeriChip, y hasta ahora no han levantado el mismo revuelo que el micro-circuito. La razón es muy sencilla: el portador no siente coartada su libertad, pues puede quitarse el reloj o dejar el radiolocalizador en casa si no quiere ser monitoreado.

Juntos hasta la muerte

A diferencia del enorme transistor del que Arnold Schwarzenegger tuvo que deshacerse dolorosamente para escapar del monitoreo de sus persecutores en la película *El Vengador del Futuro*, el VeriChip está hecho de *tissue* (material biocompatible similar al polietileno), mide tan sólo 12 mm de largo por 2.1 mm de diámetro, tiene una capacidad de almacenamiento de 128 bits, se implanta subcutáneamente a través de un procedimiento indoloro que se puede realizar en un consultorio médico, y no existe otra forma de desactivarlo que no sea la muerte del portador, pues funciona a través de energía corporal.

Cabe aclarar que el único uso que se ha dado al VeriChip en Estados Unidos es en el campo médico, y sólo como un número de identificación que permita al personal de hospitales acceder a una base de datos donde se encontrará el historial clínico del portador.

La razón es que no muchas personas se sienten seguras ante la idea de cargar para todos lados con su información médica y personal, ni mucho menos con poder ser localizados

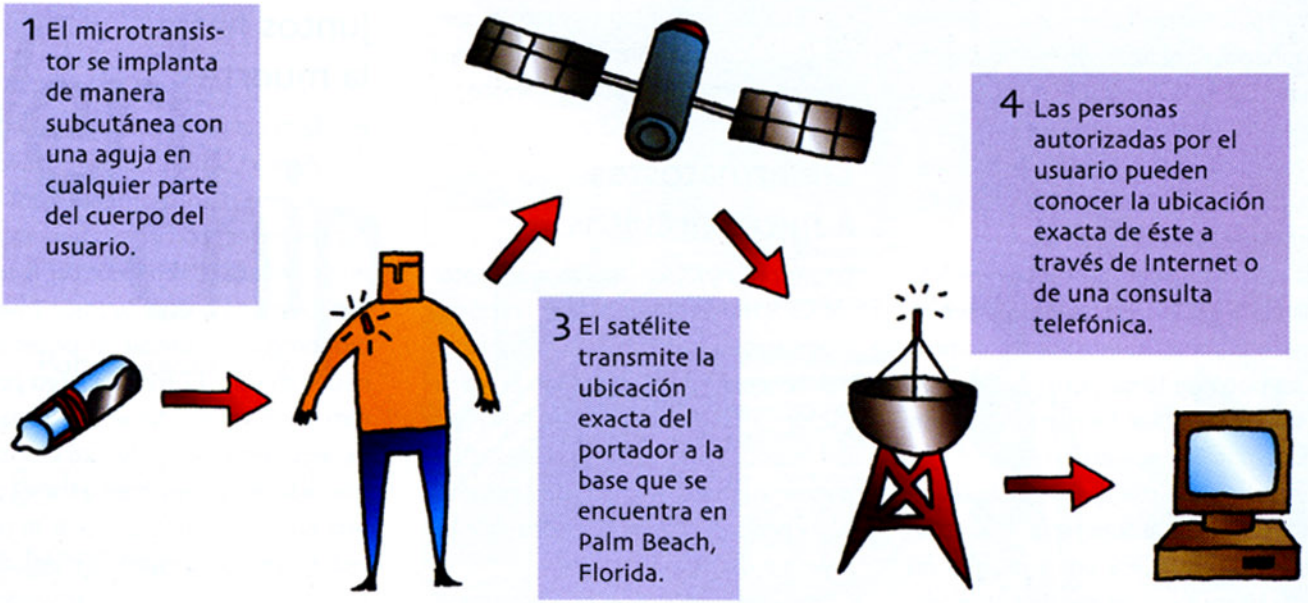
¿Afecta a los niños?

Según los expertos en psicoterapia, es difícil que el implante de microcircuitos de localización tenga un efecto negativo en el desarrollo emocional de los pequeños, pues mientras se les explique perfectamente su función, es posible que los niños incluso se sientan menos monitoreados de esta forma que recibiendo llamadas telefónicas constantes de parte de los padres para saber dónde están y qué están haciendo en ese momento.

En el caso de los niños muy pequeños es recomendable dar esta explicación hasta los 7 o 9 años, edad en la que tendrán madurez suficiente para entender la razón por la que llevan el implante.

Fuente: Entrevista con el Dr. Alejandro Zúñiga Massieu, especialista en psiquiatría y psicoterapia, egresado de la Harvard Medical School

VeriChip localizador



¿Seguro que es tan seguro?

Tal vez el que este sistema no haya tenido el éxito que sus productores esperaban se deba a que, a pesar de que su costo no es muy alto (aproximadamente 5 mil pesos por el transistor, más una renta de 300 pesos por el servicio), e independientemente de los temores futuristas, los posibles blancos de un secuestro pueden encontrarse en mayor riesgo al portar este microcircuito.

Supongamos que los secuestradores notaran que su víctima es portador del dispositivo. La única manera de evitar la localización de la víctima y de los propios secuestradores sería amputar la zona donde se ubica el transistor, o peor aún, matar al plagiado. Además, otra pregunta inevitable es ¿qué mecanismos podrían asegurar que los secuestradores no quebranten el sistema y accedan a la información del usuario?

En un país como el nuestro, en donde tan sólo el año pasado se denunciaron 732 secuestros, parece poco factible que el hecho de que una víctima pueda ser localizada gracias a un transistor haga desistir a los secuestradores de cometer el delito.

Lo que sigue

Resulta curioso que las reacciones adversas al VeriChip proceden en su mayoría de personas adultas. Los adolescentes y jóvenes han sido los principales interesados en ser implantados cuanto antes.

¿Dónde estoy?

El sueño de los navegantes ya es posible gracias a la puesta en órbita del satélite Navstar 24, que completó la red del Sistema de Posicionamiento Global (formada por 23 satélites más), por lo que ahora cualquiera puede conocer su exacta localización geográfica en el planeta (latitud, longitud e incluso altitud). Para la locaización sólo se necesita un receptor GPS que recibe radioseñales provenientes de este sistema satelital.

A diferencia de sus padres, la nueva generación ha crecido acostumbrada al cambio tecnológico constante y en un mundo sin guerra fría. Para ellos, la implantación de un circuito que en un futuro les permitirá prescindir de identificaciones, CURP, llaves, tarjetas de crédito, etcétera, resulta muy atractivo y cómodo, totalmente libre de las fantasías de ciencia ficción en las que el Estado es sinónimo de órgano represor y omnipresente, capaz de controlar la vida de sus ciudadanos.

Sin embargo, como todo avance científico, el VeriChip (o cualquier otro circuito de identificación implantable) no es ni la marca de la bestia o la garantía de un futuro como el de los Supersónicos. Todo dependerá del uso y las aplicaciones que nosotros mismos le demos, aunque parezca que lo que el futuro nos depara es una escasa posibilidad de tener vida privada.

Fuentes Entrevista con Matthew Cosolotto, encargado de prensa de Applied Digital Solutions • Revista *Time*, 11 de marzo de 2002 • Periódico *El Universal*, 18 de marzo de 2002 • www.adsx.com • www.digitalangel.com • www.nationalacademies.org • www.pgr.gob.mx

11° derecho

Devolución, cambio o reembolso

Por Alejandra Sánchez Plascencia

Si usted adquiere un producto que no cumple con las condiciones ofrecidas por el proveedor, tiene derecho al cambio, a recibir una bonificación o a la devolución de su dinero.

La mejor forma de adquirir un producto, por ejemplo un reproductor de discos compactos, es ahorrar durante varias quincenas para no tener que recurrir a créditos que consuman nuestros ingresos. Esto también nos da tiempo suficiente para pensar qué características deberá reunir el aparato, a dónde acudir a comprarlo, cómo transportarlo a casa, en qué lugar instalarlo y cuál será la ocasión pertinente para escuchar, de corrido, la tetralogía de "El Anillo de los Nibelungos" de Wagner.

No se preocupe

Pero, ¿qué tal si el plan se frustra porque resulta que la bandeja del aparato sólo es para tres discos, pese a que el empaque señalaba que era para cinco?

En este caso, usted puede solicitar al proveedor que le cambie el reproductor por uno que sí tenga una bandeja para cinco discos compactos, una reducción en el precio o la devolución de lo que pagó. Si el proveedor se niega, acuda a **Profeco** a interponer su queja, pues, tal y como lo señala el onceavo de los *25 Derechos Básicos del Consumidor*, cuando el producto adquirido no cumple con la calidad, la marca y las características prometidas, el consumidor tiene derecho a una bonificación, al cambio del producto o a la devolución de su dinero.

Recuerde que en las delegaciones **Profeco** de todo el país puede solicitar en forma gratuita los ***25 Derechos Básicos del Consumidor***, mismos que le presentamos de manera más amplia cada mes.

Cumplir con lo ofrecido

El onceavo de los 25 Derechos Básicos del Consumidor está contemplado en el artículo 92, fracción II, de la Ley Federal de Protección al Consumidor, que señala: "Los consumidores tendrán derecho a la reposición del producto, a la bonificación, compensación o devolución de la cantidad pagada, a su elección (...) si el bien no corresponde a la calidad, marca, o especificaciones y demás elementos sustanciales bajo los cuales se haya ofrecido. En los casos de aparatos, unidades y bienes que por sus características ameriten conocimientos técnicos, se estará al juicio de los peritos o a la verificación en laboratorios debidamente acreditados".

Fuentes *Ley Federal de Protección al Consumidor* • *25 Derechos Básicos del Consumidor*

Lo que necesita saber

Servicios funerarios

Por Vania Martínez y Dora Torres

Uno de los hechos más lamentables y dolorosos es la muerte de un ser querido, pues implica una profunda alteración en la vida de los deudos, no sólo por el sentimiento de pérdida, sino también a causa del desequilibrio económico que suele acompañar a este tipo de acontecimientos.

Un funeral puede definirse como la reunión de familiares y amigos para honrar la memoria de alguien que ha muerto; esta costumbre brinda a los deudos la posibilidad de despedirse del ser querido y de compartir con los demás sus sentimientos por esta pérdida.

Aunque tradicionalmente los servicios funerarios se llevan a cabo en velatorios o iglesias, la familia puede elegir cualquier otro sitio. Teniendo en consideración que todos pasamos (o habremos de pasar) por un trance de esta naturaleza, **Profeco** realizó un estudio de mercado sobre los servicios que ofrecen las agencias funerarias y los panteones de la Ciudad de México, para que usted decida cuál contratar de acuerdo con sus necesidades y presupuesto.

Cabe señalar que, en general, los datos de planes inmediatos o a futuro que ofrecen las agencias funerarias y los panteones en buena medida son semejantes en todo el territorio nacional. Para datos específicos, consulte a las empresas de pompas fúnebres de su localidad.

Lo que ofrecen las agencias funerarias

Las agencias funerarias habitualmente ofrecen **planes de inhumación** y **planes de cremación** que, salvo ciertas particularidades, incluyen diversos servicios básicos. Los planes de inhumación por lo general comprenden:

• Ataúd. Los hay de diferentes materiales y precios, desde

¿Qué hacer cuando fallece un ser querido?

Probablemente no existe persona alguna que se encuentre preparada para enfrentar la muerte de un ser querido... Generalmente el dolor y la confusión nos impiden llevar a cabo con serenidad los trámites indispensables, que se convierten en una tarea difícil para los deudos; no obstante, vale la pena conocer los pasos a seguir ante lo inevitable:

El primer requisito consiste en obtener el **certificado de defunción**, expedido por un médico con cédula profesional, de acuerdo con las siguientes modalidades:

a) Cuando el fallecimiento ocurre en una **institución médica**, el hospital se encargará de expedir el certificado de defunción.

b) Si el deceso sobreviene en un **domicilio particular** y el finado se encontraba bajo tratamiento médico, hay que informar al galeno tratante, quien deberá expedir el certificado.

c) En caso de **muerte violenta** es necesario dar aviso al Ministerio Público, el cual podrá solicitar algunos requisitos adicionales para expedir el certificado, por ejemplo: certificado médico-forense expedido por el médico que practicó la autopsia, así como identificación oficial y acta de nacimiento de la persona que efectúa el trámite. Estos documentos son necesarios también para obtener el acta de defunción ante el Registro Civil.

Una vez que los deudos tengan el certificado de defunción es conveniente ponerse en contacto con la agencia funeraria elegida para que se inicien los trámites correspondientes al funeral, así como la posterior inhumación o cremación. Si fuera el caso, en ese momento es necesario tramitar los requisitos para el traslado del cadáver.

Un poco de historia...

En nuestro país, las ceremonias y los ritos dedicados a honrar a los muertos se remontan al México antiguo. Los mayas y los aztecas practicaban dos clases de ritos funerarios: la cremación y el entierro, y era la causa de la muerte o el rango social lo que determinaba cuál de los dos debía elegirse.

Los grandes personajes eran enterrados con toda solemnidad en cámaras subterráneas, sentados, ricamente vestidos y acompañados de sus armas. Los toltecas practicaban la cremación, en tanto que los pueblos mixteco y zapoteco cavaban tumbas para enterrar a sus personajes destacados.

Las cenizas de aquellos que eran incinerados se colocaban en una vasija con una cuenta de jade, símbolo de la vida, y se enterraban dentro de la casa familiar.

Años después de la Independencia de México, el establecimiento de funerarias en nuestro país se inició por decreto del presidente Benito Juárez el 31 de julio de 1859, fecha en que la autoridad civil asumió la responsabilidad sobre los cementerios, camposantos, bóvedas y criptas mortuorias que antes tenía a su cargo la Iglesia.

Uno de los panteones más conocidos y que se ha convertido en un lugar cívico-cultural en el Distrito Federal es el Panteón Civil de Dolores, donde reposan los restos de 104 importantes personalidades mexicanas que otorgaron un valioso legado a nuestro país en el campo de la música, la pintura y la poesía, entre otras artes; por supuesto, nos referimos a la Rotonda de los Hombres Ilustres. Además, ahí se encuentran también el lote de Los Constituyentes de 1917, el de Las Águilas Caídas del Escuadrón 201, el de Los Artistas, el Italiano y el de Los Panaderos, entre otros, que albergan los restos de personajes que marcaron la senda de nuestra historia.

Fuente www.montero.org.mx/muerte.htm

económicos hasta modelos de lujo; sólo en algunas agencias analizadas el ataúd constituye un servicio adicional que se paga aparte. El costo del ataúd es un factor que determina en gran medida las fluctuaciones en el precio global del plan.

- **Velación**. Puede consistir en capilla o sala de velación en las instalaciones de la funeraria, o bien, en el préstamo del equipo para realizar la velación en el domicilio. Cuando la velación se realiza en la funeraria, ésta se encarga de trasladar el cuerpo hasta sus instalaciones.
- **Asesoría**. Se ofrece ayuda en materia de trámites administrativos, entre los que se incluyen documentos legales como actas de defunción, derechos de inhumación o cremación, traslados, internación nacional o internacional, etcétera.
- **Traslado al panteón en carroza**.
- **Transportación para el cortejo fúnebre**. La mayor parte de las funerarias contempladas en este artículo brindan este servicio mediante autobuses Pullman o microbuses de la agencia. Si el número de asistentes al funeral es mayor, el transporte extra se contrata como un servicio adicional.

Entre los **planes de cremación** se suelen incluir ataúd, sala de velación o equipo de velación a domicilio, traslado del cadáver, asesoría en trámites administrativos, traslado al crematorio en carroza, transportación para el cortejo fúnebre, cremación y urna para depositar las cenizas.

Los **servicios adicionales** implican un pago extra y también son muy similares en la mayoría de las agencias. Entre ellos destacan el embalsamamiento, traslado del cadáver del D. F. a provincia o al extranjero y viceversa (en este caso el costo del servicio depende de la distancia y el medio de transporte, sea terrestre o aéreo), trámites de exhumación y reinhumación, fosas en cementerios o nichos, transporte adicional para los deudos, trámites legales en caso de muerte violenta o accidental.

Lo que indica el reglamento

El **Reglamento de Cementerios del Distrito Federal** establece lo siguiente:

1. El Gobierno del Distrito Federal no autoriza el funcionamiento de cementerios que pretendan dar trato de exclusividad por raza, nacionalidad o ideología.
2. Los cementerios deben contar con áreas verdes y zonas destinadas a la forestación.
3. En los cementerios oficiales, la titularidad del derecho de uso sobre las fosas se proporcionará mediante los sistemas de temporalidad mínima (siete años) y máxima (siete años refrendables por dos periodos iguales).
4. En los cementerios concesionados, los sistemas de temporalidad del derecho de uso sobre fosas, gavetas, criptas familiares o nichos se adecuarán a las bases de la concesión.
5. Respecto al servicio funerario gratuito, éste será proporcionado por el Gobierno del Distrito Federal por conducto de la Dirección General Jurídica y de Estudios Legislativos o de las oficinas de panteones delegacionales a las personas indigentes, previo estudio socioeconómico. Dicho servicio comprende la entrega del ataúd, el traslado del cadáver en vehículo apropiado, fosa gratuita bajo el régimen de temporalidad mínima, y exención de los derechos que con motivo del servicio hubieren de cubrirse a la Tesorería del Distrito Federal.

Por su parte, el **Reglamento para Agencias de Inhumación en el Distrito Federal** indica lo siguiente:

- En los cementerios oficiales y concesionados deberán prestarse los servicios que se soliciten, previo pago correspondiente conforme a las tarifas aprobadas.
- Los cementerios oficiales y concesionados sólo podrán suspender los servicios por alguna de las siguientes causas:

a) Por disposición expresa de la Secretaría de Salud o del Gobierno del Distrito Federal.
b) Por orden de la autoridad competente a cuya disposición se encuentre el cadáver o los restos humanos.
c) Por falta de fosas o gavetas disponibles para el caso.
d) Por caso fortuito o causa de fuerza mayor.

Agencias funerarias que ofrecen planes inmediatos

Agencia	Domicilio	Teléfono(s)
Funerales del Rosario	col. San Felipe de Jesús, del. Gustavo A. Madero	5715-4314
Funerales Estévez	col. Tablas de San Agustín, del. Gustavo A. Madero	5759-1428
Funerales Gramen	col. Francisco I. Madero, del. Miguel Hidalgo	5557-5745
Funerales Gris	col. Portales, del. Benito Juárez	5539-3619
Funerales Lecuona	col. Candelaria Ticomán, del. Gustavo A. Madero	(0155) 5754-5473
Funerales Gutiérrez	col. Morelos, del. Venustiano Carranza	5795-3462
Funerales Reyes	col. La Joya, del. Tlalpan	5573-3348
Funerales Tabassi	col. Anáhuac, del. Miguel Hidalgo	5396-4300
Funeraria Lozano	col. Ampliación Daniel Garza, del. Miguel Hidalgo	5515-6390
Funeraria Naser Aragón	col. San Juan de Aragón, del. Gustavo A. Madero	5551-8161
Central de Servicios DECO	col. Obrera, del. Cuauhtémoc col. Barrio San Lucas, del. Iztapalapa Carretera México-Cuautla km 32.7, Chalco, Estado de México	5588-7346 5685-4945 5975-0828
Velatorio ISSSTE no. 02 "Solidaridad"	col. San Rafael, del. Cuauhtémoc	5594-0422 ISSSTETEL: 5682-1199
Panamericana Cuajimalpa	col. Cuajimalpa, del. Cuajimalpa	5812-3675

Lo que ofrecen los panteones

Por su parte, los panteones ofertan espacios físicos para inhumar (fosas, criptas, gavetas, bóvedas) o depositar los restos cremados (columbarios, osarios y nichos), así como los ser-vicios de exhumación y reinhumación. Una parte de los espacios disponibles en panteones del D. F. se comercializaron con títulos a perpetuidad, lo cual se tradujo en una considerable disminución del terreno disponible para este fin; por eso en la actualidad las fosas en cementerios se otorgan mediante el sistema de temporalidad mínima de siete años (con opción a renovar hasta por dos periodos de siete años cada uno).

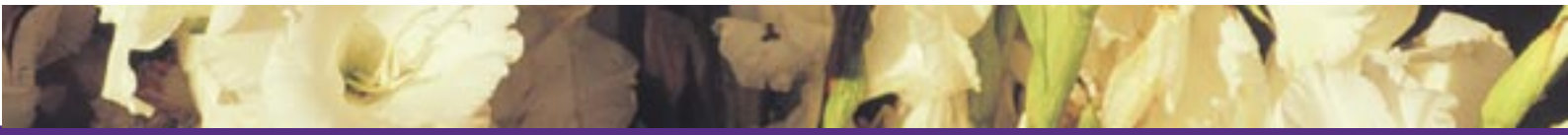
El precio de los espacios y de los servicios en cementerios presenta variaciones importantes que dependen del panteón de que se trate, de la ubicación de la fosa o nicho, del número de gavetas, y de si el precio total se paga al contado o diferido en varias mensualidades (esto último en los panteones que cuentan con este tipo de planes a futuro).

Así las cosas, cabe preguntarse ¿a los gastos de la funeraria hay que sumar los gastos del panteón? En algunos casos sí, pero no necesariamente. Varios panteones ofrecen el servicio de agencia funeraria e incluyen en sus planes la venta del espacio para depositar los restos (fosa o nicho); a su vez, ciertas agencias funerarias han establecido convenios con determinados panteones para canalizar hacia éstos a los solicitantes.

El servicio a futuro

Tomar las providencias necesarias ante un suceso como la

24



Contratos claros

De acuerdo con lo que establece la Norma Oficial Mexicana NOM-036-SCFI-2000, Prácticas comerciales-Requisitos de información en la contratación de servicios funerarios:

- Toda operación comercial relacionada con la prestación de servicios funerarios debe hacerse constar en un contrato de adhesión registrado previamente ante **Profeco**.
- El precio de los servicios funerarios debe expresarse en moneda nacional. El consumidor puede pagar en la moneda extranjera que acepte el prestador, al tipo de cambio que rija al momento de realizar el pago, de acuerdo con las disposiciones del Banco de México.
- Los proveedores de servicios funerarios deben poner a disposición de los consumidores un catálogo en el que se describan los paquetes de los servicios que ofrecen y los precios, así como los servicios que los integran; los bienes y servicios que pueden contratarse, sin necesidad de adquirir un paquete, y las tarifas correspondientes; en su caso, la indicación de que los servicios funerarios serán prestados por un tercero.

Los modelos de los contratos para la prestación de servicios funerarios, para su validez, deben estar escritos en idioma español y sus caracteres tienen que ser legibles a simple vista, sin menoscabo de que también puedan estar escritos en otro(s) idioma(s), y contener, al menos, lo siguiente:

- Nombre y domicilio del proveedor de servicios funerarios.
- Lugar y horarios donde se deben prestar los servicios funerarios contratados.
- La descripción detallada de los bienes y/o servicios contratados, así como el precio correspondiente.
- Tratándose de operaciones a crédito, en las que se establezca el pago de intereses, debe determinarse el procedimiento correspondiente para el cálculo de los mismos, y la forma en que deben ser liquidados por el consumidor.
- Penas convencionales para las partes por el incumplimiento del contrato, y la mecánica para hacerlas efectivas.

Si desea más información sobre las condiciones de contratación de servicios funerarios a futuro, derechos de uso de lotes o fosas, y condiciones para designar a un titular sustituto, comuníquese al Teléfono del Consumidor: 5568-8722, o al 01-800-903-1300.

Agencias funerarias que ofrecen planes a futuro

Agencias	Servicios que incluyen	Tarifas* y formas de pago
Gayosso, S.A. de C.V. col. Del Valle, del. Benito Juárez 5688-6288 (y cuatro direcciones más)	**Planes de inhumación** - Ataúd - Capilla de velación - Carroza - Transporte para acompañantes y arreglos florales - Asesoría en trámites **Planes de cremación** A los cinco servicios del plan anterior se agregan - Derechos de horno crematorio - Urna para cenizas	Le sugerimos indagar directamente las tarifas ya que varían (van de $ 10,000 a $ 266,000), y algunos planes sólo los ofrecen ciertas sucursales. Pagos: 14, 18, 24, 30, 36 y 42 meses 6% de anticipo a la firma del contrato
Funerales Olimpia col. 4 Árboles, del. Venustiano Carranza 5762-2132	**Paquete básico** - Ataúd - Traslados al velatorio y al panteón - Empleados para maniobras - Sala de velación o equipo de velación a domicilio - Asesoría de un gestor de trámites - Pullman (30 personas) **Plan de cremación** A los cinco primeros servicios del plan anterior se agregan - Urna para cenizas - Derechos de cremación en horno público	Hay planes de pago de 12, 24 y 36 mensualidades y los precios van desde $ 5,400.00 hasta $ 61,500.00 Hay planes de pago de 12, 24 y 36 mensualidades y los precios van desde $ 6,800.00 hasta $ 32,100.00
Jardines del Recuerdo col. San Rafael, Tlalnepantla, Estado de México (55)5321-5000	**Lote con servicios funerarios** - Un lote para cuatro inhumaciones (bóveda de 4 gavetas) - Cuatro servicios funerarios: *Traslado al velatorio *Arreglo del cadáver *Uso de sala velatoria y equipo de velación *Servicios religiosos *Carroza *Microbús para el cortejo interno *Apertura y cierre de bóvedas *Servicios y personal para la inhumación del cadáver **Paquete de cremación con nicho** - Un nicho para dos urnas - Dos servicios funerarios (incluyen los ocho servicios del plan anterior) *Ataúd *Dos servicios de cremación *Dos urnas cinerarias	Hay planes de pago de 12, 24, 36 y 48 mensualidades y los precios van desde $ 36,250.00 hasta $ 72,950.00 Hay planes de pago de 12, 24, 36 y 48 mensualidades y los precios van desde $ 22,750.00 hasta $ 34,100.00
Lomas Renacimiento, S.A. de C.V. col. Lomas de Sotelo, Naucalpan 5557-7605	**Plan de inhumación** - Título de derecho a perpetuidad - Lápida - Ataúd - Traslado a la sala de velación o velación a domicilio - Carroza - Minibús de acompañamiento - Trámites (por muerte natural) - Sala de velación o equipo para instalar velación a domicilio - Equipo completo de inhumación - Conductor de ceremonia	Hay planes de pago de 12, 24, 36 y 48 mensualidades y los precios van desde $ 14,500.00 hasta $ 67,800.00
Mausoleos del Ángel, S.A. col. Pedregal de Carrasco, del. Coyoacán 5628-4548	**Plan a futuro** - Velación - Traslado - Arreglo del cuerpo - Sala de velación y accesorios - Carroza - Ataúd - Traslado al destino final - Gestoría de trámites legales	Desde $ 21,725.00 hasta $ 93,000.00 Formas de pago: Desde 12 hasta 36 meses

Nota: Las agencias funerarias, panteones, planes a futuro y precios que aparecen en los cuadros se presentan sólo como una referencia para el consumidor; **Profeco** no avala a ninguna de las empresas mencionadas.

¿Aproximadamente cuánto cuesta...?

- **Una fosa:** desde $ 8,200 hasta $ 39,200
- **Un nicho:** de $ 1,800 a $ 12,000
- **Una cripta:** desde $ 6,283 hasta $ 72,000 (familiar)
- **Un osario:** de $ 3,075 a $ 15,610
- **Una cremación:** desde $ 537 hasta $ 2,875
- **Una exhumación o inhumación:** de $ 50 a $ 2,600

Agencias funerarias que ofrecen planes a futuro (*continuación*)

Agencias	Servicios que incluyen	Tarifas* y formas de pago
Velatorio Juárez col. Olivar del Conde 1ª Sección, del. Álvaro Obregón 5651-3060	**Paquete Servicio al portador** - Ataúd - Traslado local - Carroza - Pullman de acompañamiento - Capilla domiciliaria o velatorio - Empleado para maniobras y gestor	desde $ 6,555.00 hasta $ 61,500.00
Velatorios del IMSS col. Doctores, del. Cuauhtémoc (y 15 direcciones más en varias entidades del país) 0155-5761-3327, 5588-3074 y 5788-1476	**Plan básico** - Recolección del cuerpo - Capilla de velación o equipo de velación a domicilio - Gestoría de trámites - Arreglo del cuerpo - Carroza para cortejo - Ataúd **Traslado de cuerpo a otra localidad** - Recolección de cuerpo - Gestoría de trámites - Arreglo del cuerpo - Ataúd **Cremación con ataúd prestado** - Velación en capilla o domicilio - Gestoría de trámites - Cremación	$ 250.00 $ 250.00 $ 250.00 **Nota:** Los gastos de traslado vía terrestre o aérea corren por cuenta del contratante. Todos son pagaderos en una sola emisión en efectivo. **Requisitos para la contratación:** No es necesario ser asegurado, sólo se requiere presentar una identificación oficial (IFE, pasaporte).
Velatorio Ramírez, S.A. de C.V. col. Tacubaya, del. Cuauhtémoc 5515-7596	**Plan básico** - Ataúd - Traslado del cuerpo - Capilla - Trámites para inhumación o cremación - Personal para maniobras - Carroza - Autobús	$ 6,500.00 pagaderos en mensualidades de $ 150.00

* Precios con IVA incluido. Los precios pueden cambiar sin previo aviso.

Agencias funerarias que ofrecen planes a futuro (*continuación*)

Agencias	Servicios que incluyen	Tarifas* y formas de pago
Galia en el Panteón Francés de San Joaquín col. Deportiva Pensil, del. Miguel Hidalgo 5399-6589	**Plan básico de inhumación** - Traslado del cuerpo - Trámites administrativos - Arreglo estético del cuerpo - Sala de velación - Ataúd - Fosa temporal (7 años) - Exhumación de los restos a 7 años - Urna (a los 7 años) - Nicho (a los 7 años) **Plan básico de cremación** A los cinco primeros servicios del plan anterior se agregan - Cremación - Urna	$ 26, 840.00 $ 18, 717.00 Formas de pago: de contado, 5, 11 o 18 meses
Funerales García, S.A. de C.V. col. Industrial, del. Gustavo A. Madero 5537-1450	**Plan de cremación** - Traslado del cuerpo - Ataúd - Capilla - Gestoría - Empleados para maniobras - Carroza - Microbús **Plan de inhumación con fosa** - Servicio funerario completo - Ataúd - Fosa (el precio varía de acuerdo con la ubicación)	$ 11, 000.00 $ 25, 000.00 Formas de pago: de contado o a 18 meses

* Precios con IVA incluido. Los precios pueden cambiar sin previo aviso.

Los panteones en el D. F.

En una superficie de 825 hectáreas, en el D. F. existen 118 cementerios.

Sólo cinco panteones oficiales cuentan con horno crematorio en sus instalaciones: los Panteones Civiles Dolores (delegación Miguel Hidalgo), San Isidro (Azcapotzalco), Jilotepec La Noria (Xochimilco) y San Nicolás Tolentino (Iztapalapa), así como el Columbario en Palo Alto (Cuajimalpa). En tanto que los cementerios concesionados que tienen horno crematorio son el Panteón Español y el Francés de San Joaquín.

Los siete panteones que se encuentran ubicados en la delegación Azcapotzalco, el Panteón Civil Dolores y el Panteón General Sanctórum ofrecen las tarifas más económicas en todos sus servicios.

La escasez de espacios para inhumación pone en evidencia la necesidad de buscar alternativas. Ante semejante problema, el promover una cultura de la cremación ayudaría mucho.

En la Ciudad de México, el número total de fosas en los cementerios asciende a 2 millones 507 aproximadamente, pero el 84% de ellas son para uso a perpetuidad y sólo el 16% restante son susceptibles de reciclarse.

Desafortunadamente, la ventaja de optar por la incineración de los cadáveres todavía no está arraigada entre la población, y para muestra basta un botón: **por cada 5 inhumaciones** que se realizan en los panteones del Distrito Federal únicamente **se lleva a cabo una incineración**.

Fuente Diagnóstico de Cementerios Públicos del Distrito Federal, Dirección General Jurídica y de Estudios Legislativos, Gobierno del D. F.

Antes de contratar un servicio funerario

1. Si va a adquirir un paquete funerario le sugerimos visitar diferentes agencias, para que pueda comparar precios y servicios; entre las agencias que visite tenga en cuenta las de las instituciones públicas del Sector Salud, pues tienden a ofrecer tarifas más económicas.
2. Lo ideal es que se organice con anticipación e inicie una cuenta de ahorro para que cuando se presente una contingencia de esta magnitud, su economía no se vea muy afectada.
3. No permita que la insistencia de los vendedores sea un motivo para realizar gastos innecesarios que no estén incluidos en el contrato.
4. Antes de firmar cualquier documento o contrato, léalo cuidadosamente en su totalidad y no se quede con ninguna duda, por pequeña que parezca.
5. Verifique que todo lo que ofrece el vendedor en cuanto a servicios que incluye el plan se encuentre asentado en el contrato, a fin de no recibir sorpresas desagradables posteriormente.
6. En caso de detectar alguna irregularidad, acuda a **Profeco** para recibir asesoría e información.

Panteones en la Ciudad de México

Panteones	Domicilio	Teléfono(s)
Panteón de Las Lomas	col. Independencia, Naucalpan, Estado de México	5295-0399, 5295-0455, 5295-0907
Panteón Jardín de México, S.A. de C.V.	col. San Ángel Inn, del. Álvaro Obregón	5683-3434, 5683-3443
Nuevo Panteón Jardín, S.A.	col. Santa Lucía, del. Álvaro Obregón	5637-2907, 5602-6017
Panteón Civil Dolores	col. Bosque de Chapultepec 2ª Sección, del. Miguel Hidalgo	5273-0220
Panteón Gral. Sanctórum	col. Argentina Antigua, del. Miguel Hidalgo	5576-3250
Panteones de la Delegación Azcapotzalco:		
Panteón Civil "San Isidro"	col. Providencia	5561-1258
Panteón Civil "Santa Lucía"	col. Santa Lucía	Sin número
Panteón Civil "Santa Cruz Acayucan"	col. Santa Cruz Acayucan	Sin número
Panteón Vecinal "San Juan Tlihuaca"	col. San Juan Tlihuaca	Sin número
Panteón Vecinal "San Andrés Acahualtongo"	col. Industrial Vallejo	Sin número
Panteón Vecinal "San Martín Xochináhuac"	col. San Martín Xochináhuac	Sin número
Panteón Vecinal "San Pedro Xalpa"	col. San Pedro Xalpa	Sin número
Cementerio Británico	col. Huichapan	5527-6615, 5399-6554
Jardín de la Quietud	Carretera Xochimilco Oaxtepec km 36.5, Estado de México	5207-4343

Glosario

Cementerio horizontal. Lugar donde los cadáveres, restos humanos y restos humanos áridos o cremados se depositan bajo tierra.

Cementerio vertical. El que está constituido por uno o más edificios con gavetas superpuestas e instalaciones para el depósito de cadáveres, restos humanos áridos o cremados.

Columbario. Estructura constituida por un conjunto de nichos destinados al depósito de restos humanos áridos o cremados.

Cremación. Proceso de incineración de un cadáver, de restos humanos o de restos humanos áridos.

Exhumación. Extracción de un cadáver sepultado.

Exhumación prematura. La que se autoriza antes de cumplirse el plazo que en su caso fije la Secretaría de Salud.

Inhumación. Acto de sepultar un cadáver.

Nicho. Espacio destinado al depósito de restos humanos áridos o cremados.

Osario. Lugar que se utiliza para el depósito de restos humanos áridos o cremados.

Restos humanos áridos. Osamenta remanente de un cadáver como resultado del proceso natural de descomposición.

Restos humanos cumplidos. Los que quedan de un cadáver al cabo del plazo que señale la temporalidad mínima.

muerte resulta de vital importancia, y es a partir de este concepto que las agencias funerarias han creado los planes a futuro, cuyos precios fluctúan (a veces de manera considerable) dependiendo de los servicios básicos y adicionales que decida solicitar, del tipo de ataúd que elija, de la adquisición de una fosa o nicho, así como del número de mensualidades en que se divida el pago.

Vale la pena aclarar que en la contratación de un **plan funerario a futuro**, el consumidor debe poner mucha atención en corroborar que el contrato de adhesión de la empresa esté registrado ante **Profeco**, así como en verificar que se estipulen por escrito las garantías en su favor, mismas que deben ser suficientes y conservarse vigentes hasta el total cumplimiento de los servicios funerarios contratados. De igual forma, el documento debe incluir:

- La indicación de que las instalaciones correspondientes están construidas o en construcción, o si se van a edificar y, en su caso, el plazo de terminación previsto.
- El derecho del consumidor de rescindir el contrato de adhesión dentro de los cinco días hábiles siguientes a su firma, sin menoscabo de los pagos realizados, así como el compromiso del proveedor de los servicios funerarios de devolver íntegramente dichas cantidades en un plazo no mayor a los cinco días hábiles siguientes a la fecha en que le sea notificada por escrito dicha cancelación.
- En caso de incumplimiento por cualesquiera de las dos partes, señalar las penas convencionales correspondientes y la mecánica para aplicarlas.

El contrato debe estipular asimismo el monto de la inversión inicial, el número, forma y monto de los demás pagos y la periodicidad para efectuarlos; también debe establecer cuáles son los servicios que la agencia funeraria está obligada a brindarle el día que se requiera, y si existe alguna condición o cláusula especial en caso de utilizar el servicio antes de liquidar el costo total del plan.

Cuando tenga que hacer uso del servicio bastará con presentar el comprobante de todos los pagos cubiertos en la agencia funeraria para que se le presten los servicios sin ningún costo adicional, a menos que solicite alguno no estipulado en el contrato. En caso de que no haya terminado de pagar el monto total de su contrato puede solicitar su servicio funerario de igual manera, con la única diferencia de que tendrá que liquidar el monto que resta del contrato.

Es importante saber que para la **venta de derechos de uso de panteón**, cementerios, criptas, nichos, fosas, osarios, gavetas y monumentos, la agencia tiene que informar:

- Datos de localización anexando, en su caso, el plano de ubicación correspondiente, firmado y sellado por el concesionario autorizado.
- Vigencia de los derechos de uso de lotes o fosas.
- Monto, periodicidad y lugar de pago de las cuotas por concepto de mantenimiento.

Fotografías Boris de Swan

Fuentes Dirección de Mercadotecnia Social, Profeco • Consejería Jurídica y de Servicios Legales, Gobierno del Distrito Federal • NOM-036-SCFI-2000 • www.funeral.com.mx

¿Qué encontrará en la página de Internet de **Profeco**?

- La Ley Federal de Protección al Consumidor.
- Un centenar de tecnologías domésticas.
- Información detallada acerca de sus servicios de orientación, asesoría y atención a quejas.
- Los resultados de los estudios de calidad publicados en la **Revista del Consumidor**.
- Captación de quejas en idiomas español, inglés y francés.
- Ubicación de sus oficinas en el país.
- Un buzón.
- Información sobre la mejor opción de compra de artículos de la canasta básica, medicamentos, electrodomésticos, materiales para la construcción y, en temporada, sobre pescados, útiles escolares y juguetes, entre otros.

Y mucho más

▶ http://www.profeco.gob.mx

http://www.profeco.gob.mx
http://www.profeco
http://www.profeco

Ante la muerte, aceptación

Tanatología

Por Alejandra Sánchez Plascencia

El tanatólogo es un especialista cuya tarea principal es aliviar el dolor y la desesperanza que ocasiona la inminencia de la muerte, tanto en quien está a punto de morir como en las personas que han perdido a un ser querido.

La tanatología no es una especialidad que intente curar la patología de un enfermo terminal, procurarle más días de vida, sentir compasión por los familiares del suicida o palmear el hombro del enfermo de sida; lo que la tanatología pretende es eliminar el miedo a la muerte, dar plenitud a la vida.

Por lo tanto, el campo de estudio de la tanatología no se limita simplemente al ámbito científico, sino que también aborda el fenómeno de la muerte desde una perspectiva humanística, religiosa y, en general, de todo conocimiento humano acerca de lo que significa morir y lo que hay después de la vida.

Tanatología y espiritualidad

Siempre que se habla de la muerte, surge la espiritualidad del ser humano; éste es uno de los elementos de los que el tanatólogo se vale para curar el dolor de sus pacientes.

"El mundo de la tanatología es un mundo espiritual", señala el doctor Luis Alfonso Reyes Zubiría. "Para la Organización Mundial de la Salud, una persona humana es un ente biológico, psicológico y social, sin embargo, nosotros consideramos que esa totalidad también abarca aspectos espirituales. Por lo tanto, si no penetramos en el mundo de lo espiritual, nunca curaremos de verdad ni totalmente el dolor que provocan la muerte y la desesperanza".

Este pensamiento de la muerte, me deja absolutamente tranquilo porque estoy convencido de que nuestro espíritu es una esencia de naturaleza indestructible. Goethe

Es necesario esclarecer que espiritualidad y religiosidad no son sinónimos, por eso para un tanatólogo es fundamental saber que su paciente es un ser espiritual, independientemente de si practica o no alguna religión. "En este sentido, descubrir la espiritualidad del enfermo que estoy curando no es un trabajo o una responsabilidad exclusiva del sacerdote, el rabino o el pastor".

¿A dónde acudir?

Para obtener más información acerca de cursos y diplomados en esta especialidad, acuda a la Asociación Mexicana de Tanatología ubicada en Avenida Insurgentes Sur 1160, 3er piso, colonia Del Valle, México, D.F., o llame a los teléfonos (55) 5575-5995 y 96. También puede solicitar informes en Consultorios Tanatológicos ubicados en Oso 127, despacho 210, colonia Del Valle, o en Talleres de Educación Sexual, Tanatología y Divorcio, al teléfono (55) 5544-8155.

El máximo acontecimiento que puede sobrevenir al hombre raya en el hecho de poder sentir la muerte, en la forma que sea, en el seno mismo de la vida.

Tolstoi

El camino a la muerte

Cuando a una persona le detectan una enfermedad incurable y médicamente se considera un enfermo terminal, de inmediato se enfrenta a su muerte. De ahí en adelante verá la vida de forma diferente, con distintas angustias, ansiedades, depresiones, iras, culpas, negaciones.

El proceso de morir es una experiencia totalmente individual que involucra muchos estadios que el tanatólogo debe conocer para curar el dolor anímico del paciente y sus familiares, a saber:

Angustia. La primera reacción del enfermo y sus familiares es negar el diagnóstico, y aunque muy pronto el paciente se resigna, ello no impide que caiga en una terrible angustia.

El mejor remedio contra este sentimiento es escuchar al paciente y a sus familiares, pues ellos están sufriendo y necesitan ser atendidos con verdadero interés y amor.

Frustración. Esta emoción significa un sufrimiento mayor porque el enfermo y sus familiares están conscientes de la presencia de la muerte. Se manifiesta a través de rabia y tristeza.

Para ayudar al paciente terminal y a su familia a salir de ese estado, el tratamiento tanatológico debe seguir dos caminos: el primero de ellos es mirar al pasado para darle sentido y valor; el segundo es más complejo, y en él, el tanatólogo tiene que meterse de lleno en el mundo de los valores trascendentales para que el paciente descubra que todo lo que existe en esta vida tiene una razón de ser: el dolor, el sufrimiento, la enfermedad, la muerte; si el paciente descubre el sentido de estas realidades, combatirá fuertemente la frustración, ya que reconocerá que la muerte no corta la existencia humana, sino que perdura la presencia aunque sea en la memoria de las personas que nos conocieron. Éste es el mejor momento para ayudarse de la espiritualidad propia del paciente.

Culpabilidad. Cuando se vive la angustia causada por la enfermedad terminal que se padece o que sufre un ser querido, lo más seguro es que nazcan fuertes sentimientos de culpa que, sin excepción, se basan en un absurdo. La culpa es una emoción muy dolorosa y persistente, por eso debe eliminarse, de lo contrario se convertirá en la compañera más fiel de la muerte.

Por lo anterior, el tanatólogo enfrenta a su paciente para que viva el momento en el que actuó de tal o cual manera y acepte que decidió obrar así porque era lo mejor, al menos bajo su punto de vista; en caso de que el enfermo considere que sus decisiones fueron equivocadas, el tanatólogo también le ayuda a perdonarse para poder vivir en paz.

Depresión. Ésta es la emoción más dolorosa; el tanatólogo debe estar consciente de que se trata, hablando de enfermos terminales, de una emoción fruto del proceso de morir y no de una patología extra. El especialista debe descubrir qué tipo de depresión (reactiva, anticipatoria, ansiosa) sufre el enfermo y cada uno de sus familiares para ayudarles a desechar todos los sentimientos negativos.

Bien haya el que ha inventado la esperanza que es la muerte el principio de otra vida.

Campoamor

Aceptación. El tanatólogo acompaña a su paciente a lo largo de todo el proceso hasta llevarlo a la aceptación. Esto no significa darse por vencido, por lo contrario, la aceptación de la muerte hace que el hombre sea dueño de su vida, algo muy distinto a la resignación.

¿Castigo eterno, paraíso o reencarnación?

La forma en que el hombre ha interpretado el universo y la vida mantiene un estrecho vínculo con la religión y, a partir de las doctrinas religiosas, existe una idea específica de lo que nos espera después de la muerte.

Entre las principales religiones que no contemplan en absoluto el castigo eterno está el **hinduismo**, en el que existe la creencia de que el alma reencarna, evolucionando a través de muchos nacimientos (vidas), hasta que se obtiene el conocimiento espiritual. Para el hinduismo, el alma llega a un cuerpo al nacer y se traslada a otro al morir. La clase de cuerpo en el que se reencarna está determinada por las acciones (*karma*) de cada individuo en su vida presente.

En el caso del **budismo** se cree que cuando morimos, la mente (con todas sus habilidades, preferencias y características) renace en otro ser humano que durante su vida enriquecerá las virtudes, las experiencias y el conocimiento. Este ciclo de muerte y reencarnación termina cuando, gracias al desarrollo del conocimiento, la mente alcanza el Nirvana, un estado que representa el fin del sufrimiento en vida y el fin de la reencarnación.

Los **católicos** creen que después de la muerte física y del Juicio Final existe una vida eterna.

La religión confirma y enseña la existencia del Infierno, donde se inflige un castigo interminable a los que se condenan a sí mismos al apartarse de Dios; por lo contrario, las almas que alcanzan la salvación están destinadas a experimentar la felicidad del Paraíso.

Probablemente el catolicismo es la única doctrina que se refiere a un lugar intermedio, el Purgatorio, el cual Dante Alighieri describe profusamente en *La Divina Comedia*, y cuyo objetivo principal es proporcionar la redención a las almas pecadoras mediante el sufrimiento.

El **Islam** estipula que esta vida es la única oportunidad para ganar el Paraíso (que se describe como un jardín de siete niveles) y escapar de las llamas del Infierno, lo cual sólo puede lograrse apegándose a la doctrina musulmana.

Los **protestantes** conservadores creen que cada persona tendrá vida eterna después de morir y que Dios ha creado dos sitios (el Cielo y el Infierno) donde la gente pasará el resto de la eternidad. Nadie puede ganar un sitio en el Cielo sólo mediante buenas acciones: hace falta arrepentirse de los pecados y creer en Jesucristo.

El **judaísmo** es una religión que cree firmemente que la muerte no es el fin de la existencia humana. Los judíos tradicionalistas están convencidos de que habrá un mundo futuro cuyo inicio está marcado por la venida del Mesías y la resurrección de los muertos. La religión se enfoca a seguir en vida los mandamientos de Dios, y la idea de un castigo sin fin en el infierno no corresponde a las acciones de un Dios bondadoso.

Fuente www.afterliferisk.com

Camino al Mictlán

Los pueblos del México prehispánico habían observado cómo la naturaleza repetía ininterrumpidamente un ciclo de muerte y renacimiento, y pensaban que ese mismo ciclo debían experimentarlo los seres humanos.

La eternidad, como la vida terrestre, estaba irremisiblemente ligada al destino asignado desde el nacimiento. El guerrero muerto en el campo de batalla o en la piedra de los sacrificios se convertía en un "compañero del águila", un elegido de Huitzilopochtli, el sol, por lo que todos los días ocupaba un lugar en el cortejo que rodeaba al astro rey desde su nacimiento por el oriente hasta llegar al cenit, y al cabo de cuatro años reencarnaba en forma de colibrí o de mariposa.

En cuanto el sol pasaba el cenit entraba en la zona occidental del mundo, "el lado femenino", a la morada de las diosas-madres y de las mujeres que fallecían en el parto, quienes acompañaban al sol hasta el ocaso.

Aquellos que morían ahogados, fulminados por un rayo, o de alguna enfermedad considerada como proveniente del agua, tenían un lugar reservado en el paraíso del dios Tláloc: un jardín de abundancia donde los favorecidos disfrutaban de una alegría tranquila e interminable.

A quienes no habían sido elegidos ni por Huitzilopochtli ni por Tláloc les esperaba el Mictlan ("lugar de los muertos"). Para llegar a su destino, el muerto tenía que vencer duras pruebas, por lo que se le proporcionaba como compañero a un perro, al cual se mataba e incineraba junto a él; ambos debían vagar cuatro años por el mundo subterráneo y atravesar un río, más allá del cual se encontraba el Mictlán.

Al cabo de esos cuatro años, se creía que al fin había terminado su travesía para ocupar su lugar definitivo entre los muertos, donde encontraría el eterno reposo.

Fuente Jacques Soustelle, *La vida cotidiana de los aztecas en vísperas de la Conquista* (Fondo de Cultura Económica, México, 1986)

Un poco de mitología

Tánatos, dios de la muerte en la mitología griega, fue hijo de Nix (diosa de la noche) y Erebos (dios de las tinieblas infernales). Su morada era el Tártaro, la región más oscura del Hades.

Se decía que Tánatos tenía un alma de hierro, un corazón de bronce, inaccesible a toda piedad, para no soltar a quienes debía llevar al Hades. Generalmente se le representaba como un esqueleto, cubierto con un manto

negro, que portaba una espada o una hoz en la mano derecha, y en la izquierda una clepsidra (instrumento para medir el tiempo por medio del agua). A su alrededor aparecía revoloteando una mariposa, símbolo de la vida futura.

Debido a la fuerte presencia del Hades en todos los mitos, Tánatos aparece siempre en un papel secundario. Sin embargo, con el afán de hacer de este personaje alguien menos odioso y horrible, los poetas lo asociaban a su gemelo Hypnos, el sueño, quien llena de dulzura y tranquilidad el descanso de los mortales.

Ambos hermanos eran dioses sombríos a quienes el sol jamás miraba con sus ojos brillantes, ni siquiera cuando ascendía hacia el cielo, ni cuando bajaba de las alturas celestes.

La vida del muerto está en la memoria del vivo.

Cicerón

"Sólo hay una oportunidad para vivir"

"Quizá el rasgo más importante del concepto de muerte es que, ante todo, se trata de un concepto conductual y no de un concepto de experiencia. Eso significa que sólo podemos aplicar la noción de muerte para hablar de otros y nunca para referirnos a nosotros mismos: no tiene el menor sentido decir algo como 'estoy muerto' o 'morí ayer', usando las palabras literalmente. Tan pronto lo digo incurro en una contradicción. Expresiones así son conceptualmente absurdas. Uno de los filósofo más importantes del siglo XX, Ludwig Wittgenstein, lo dijo con toda claridad en su famoso libro *Tractatus Logico-Philosophicus*: 'La muerte no es ningún acontecimiento de la vida. La muerte no se vive'.

"El estudio de la lógica de nuestro lenguaje tiene una consecuencia de primera importancia y es que 'con la muerte el mundo no cambia, sino que termina'. Si esto es verdad, como parece serlo, disponemos de los elementos indispensables para acabar de una vez por todas con la idea concerniente a la muerte de acuerdo con la cual no se trata más que de un tránsito, un viaje, una transmutación, etcétera; éstas no son más que metáforas, no descripciones de algo.

"En la actualidad, la idea de muerte ha quedado completamente desligada de las ilusiones propias de otras edades. En un mundo entendido en términos de causas y efectos y descrito por medio del lenguaje natural no hay cabida para las ideas simples surgidas en la infancia de la humanidad. Es mejor tener una visión naturalista de la muerte y entender que con ésta se acaba todo para la persona, porque ésa es quizá la única, o por lo menos la mejor forma de hacerle comprender a la gente que tiene sólo una oportunidad para vivir de manera creativa, para generar más alegría que dolor y para hacer algo útil por sus congéneres y por los seres vivos en general. Por ello, es sólo de quien vivió para el bien que puede decirse que venció a la muerte."

Fuente Dr. Alejandro Tomasini Bassols,
investigador del Instituto de Investigaciones Filosóficas de la UNAM;
autor del libro *Pena capital y otros ensayos*

Congreso sobre tanatología

"El duelo por una muerte, el duelo por una pérdida, el duelo por un suicidio" es el tema central del IV Congreso Nacional, y V Internacional, de Tanatología y Suicidio que se llevará a cabo en la Ciudad de México del 13 al 16 de noviembre de 2002.

El Congreso está dirigido a médicos de cualquier especialidad, ministros religiosos, psicólogos, pedagogos, maestros, enfermeras, trabajadores sociales, voluntariado, abogados, sociólogos, etnólogos, aseguradores y, en general, a todas aquellas personas que están sufriendo un duelo y quieren prepararse para vivirlo o para ayudar a alguien más.

El Instituto Nacional de Cardiología Ignacio Chávez será la sede de este congreso que se celebra también a propósito del 14º aniversario de la Asociación Mexicana de Tanatología, A. C., y del 10º de la Asociación Internacional de Tanatología y Suicidiología.

Para recibir mayores informes o si le interesa inscribirse, comuníquese a la Asociación Mexicana de Tanatología al (55) 5575-5995 y 96.

La muerte no es más que un cambio de misión.

Tolstoi

El duelo

El duelo es la respuesta normal ante la pérdida de un ser querido e incluye diversas emociones, sentimientos y afectos que se entremezclan a lo largo de las fases que lo integran.

Depresión. Tras el impacto de la noticia de la muerte, sobreviene la depresión que, en este caso, es una emoción, no una enfermedad. El doliente, a partir de que sabe que el ser querido murió, siente que su yo está mutilado. Hay una negación que consiste en no creer lo que se está viviendo, la realidad parece una pesadilla de la que se espera despertar pronto para que la vida siga igual que antes.

El sufrimiento del duelo se agudiza alrededor de los dos meses posteriores al fallecimiento de la persona querida, entonces se viven diversas sensaciones como pérdida del sentido y del interés en la vida (todo gira en torno a quien murió), tristeza, frustración, necesidad de llorar (aunque a veces hay imposibilidad de hacerlo) y fuertes sentimientos de culpa. Todos éstos son síntomas de una depresión, pero en realidad lo que se está viviendo es un duelo.

Rabia. Es el primer mecanismo de defensa. Surge la rabia hacia Dios, el médico, ciertos familiares, el que murió y, como ese sentimiento de defensa no libera del sentimiento de pérdida, la rabia también se vuelve contra sí mismo. Esto genera sentimientos de culpa que también se basan en un absurdo y que hay que superar.

Perdón. Para eliminar los sentimientos de culpa, quien sufre el dolor del duelo debe llegar a perdonar: en primer lugar, a sí mismo; después, las faltas (reales o no) del que murió y las debilidades que existieron en su relación con esa persona.

Para la tanatología, esta tercera fase es la más importante como arma terapéutica para que quien sufre el dolor del duelo no viva inmerso es una profunda tristeza. El perdón es, más que una virtud, una condición indispensable para tener paz interior, herramienta fundamental para que el tanatólogo termine con el trabajo de duelo.

Aceptación. Es la etapa final del duelo. La aceptación surge en el momento en que el deudo siente que la muerte, como tal, no existe, sino que simplemente quien se fue está presente de otra forma.

Como un mar, alrededor de la soleada isla de la vida, la muerte canta noche y día su canción sin fin. Algún día sabremos que la muerte no puede nunca robarnos nada de lo que nuestra alma ha ganado, porque sus ganancias forman parte de ella misma. Rabindranath Tagore

El último reto del trabajo del tanatólogo consiste en ayudar al enfermo terminal y a sus familiares a tener calidad de vida, y a prepararlos para vivir la muerte con plena dignidad, total aceptación y verdadera paz.

Pensar en la propia muerte o en la de una persona querida nos dispone a pensamientos gravemente dolorosos, a la nostalgia y a la angustia, porque desconocemos qué es la muerte. Tal vez la forma de averiguarlo sería preguntarnos qué es la vida.

Fuentes Entrevistas con el doctor Luis Alfonso Reyes Zubiría, presidente de la Asociación Mexicana de Tanatología, A. C., del Colegio de Tanatólogos de México y de la Asociación Internacional de Tanatología y Suicidiología, y con la maestra en psicología Vicenta Hernández Haddad

- *Revista Internacional de Tanatología y Suicidio*, volumen I, no. 3, 2001, y volumen II, no. 1, 2002
- Luis Alfonso Reyes Zubiría, *Acercamientos tanatológicos al enfermo terminal y a su familia* (Triple Diseño, México, 1996)

Jugos envasados

¿Los jugos envasados pueden sustituir el sabor y las propiedades de los jugos de frutas naturales? El ritmo de la vida moderna se impone y a veces no es posible prepararse un buen jugo de frutas; cabe preguntarse si los jugos envasados pueden ser un buen sustituto...

Los jugos de frutas naturales son una formidable fuente de nutrientes, importantes para mantener una buena salud. Sin embargo, a pesar de que la elaboración de jugos naturales es relativamente sencilla y económica, cada vez es más frecuente recurrir a la facilidad que ofrecen los jugos de frutas envasados. De acuerdo con lo anterior, surge siempre una pregunta: ¿qué tan "natural" es un jugo envasado? O mejor dicho, ¿qué tan semejante es un jugo envasado a uno natural?

Para este estudio se consideró que el jugo es el líquido extraído de las frutas maduras, sanas y limpias, sin diluir, del que se han removido los residuos de corteza y semillas.

Cuando se extrae toda el agua de un jugo, lo que resta son sólidos solubles y no solubles. Los sólidos solubles en su gran mayoría son los azúcares de la fruta.

Una forma de responder a la pregunta de qué tan "natural" es un jugo envasado es medir el porcentaje de sólidos solubles que contiene y determinar qué tanto de esos sólidos corresponden a la fruta original; la diferencia obviamente son sólidos de otro origen que fueron agregados durante el proceso y que por lo general son azúcares de diversas clases y aditivos.

Por cierto, al porcentaje de sólidos disueltos que contiene un líquido se le denomina grado brix (10 grados brix en un jugo significa que el 10 por ciento de ese jugo corresponde a sólidos disueltos).

Las normas internacionales establecen que un jugo de naranja debe contener al menos el 10 por ciento de sólidos de esta fruta (o sea, 10 grados brix). El mínimo de sólidos de manzana en un jugo de esta fruta es de 10 grados brix. Para un jugo de toronja el mínimo es 9 grados brix.

Las tablas de resultados muestran las cantidades (en grados brix) de sólidos totales contenidos en los jugos envasados y qué tanto de ellos corresponden a la fruta original. Como puede verse en las tablas de resultados, el mercado mexicano ofrece varios productos que cumplen con la norma internacional, en tanto que algunos se encuentran muy por debajo.

Destapando envases

Este estudio comprendió el análisis de 31 jugos envasados de diversas marcas, que incluyen los de naranja, toronja y manzana; todos se comercializan en el Distrito Federal y muchos de ellos se distribuyen en todo el país.

Los productos se adquirieron en diversos centros comerciales, como lo haría cualquier consumidor. Siempre que fue posible se obtuvieron al menos tres muestras de lotes diferentes con distintas fechas de fabricación. Se cuidó que los productos estuvieran dentro de la fecha de caducidad y que los empaques no tuvieran señales de deterioro. El estudio incluyó el análisis de los siguientes parámetros:

Información al consumidor. Se verificó que la información en la etiqueta de los productos incluyera denominación, marca, nombre y domicilio del fabricante, lista de ingredientes, lote y contenido neto. Se revisó también que la información fuera veraz y no confundiera al consumidor.

Características fisicoquímicas. Se corroboró que los jugos cumplieran las especificaciones de densidad y acidez para el tipo de fruta correspondiente; también se evaluó que los jugos tuvieran el color, olor y sabor característicos de la fruta y que se encontraran exentos de cualquier materia extraña.

Sólidos disueltos. Se determinó la cantidad de sólidos disueltos, diferenciando los que provienen de la fruta de los demás ingredientes solubles agregados, como pueden ser otros azúcares o aditivos como los ácidos málico, tartárico, ascórbico, colorantes, etcétera. En un jugo, la mayor parte de los sólidos disueltos deberían ser los de la fruta. Los resultados muestran a los productos en los que así ocurre; se encontraron casos en los que buena parte de los sólidos no provienen de la misma fruta.

Calidad sanitaria. Se comprobó que los productos cumplieran con la esterilidad comercial, verificando la ausencia de microorganismos patógenos. Ninguno de los productos evaluados presentó problemas al respecto.

Ficha técnica

- Periodo de muestreo: del 22 de abril al 31 de mayo de 2002.
- Periodo de análisis: del 25 de abril al 1 de agosto de 2002.
- Número de marcas analizadas: 31.
- Número de pruebas realizadas: un total de 2618 (84 por producto).

Jugos de naranja

Marca / Origen	Información al consumidor	Composición fisicoquímica	Sólidos disueltos en ° brix		Evaluación global de calidad
			Sólidos totales	Sólidos de fruta	
Único Fresco Jumex 100% natural con pulpa / México	Completa	Cumple	13.5	13.5	**100**
Único Fresco Jumex 100% natural sin pulpa / México	Completa	Cumple	12.9	12.9	**100**
Florida´s Natural / E. U.	Declara el contenido energético sólo en Kcal	Cumple	12.0	11.3	**90**
Florida 7 con pulpa / México	Completa	Cumple	12.5	10.2	**85**
Sonrisa Premium / México	Declara el contenido energético sólo en Kcal	Cumple	12.2	9.8	**85**
Florida 7 / México	Completa	Cumple	12.1	8.9	**80**
Herdez / México	No incluye fecha de caducidad y declara el contenido energético sólo en Kcal	Cumple	12.5	8.7	**78**
Great Value / México	Completa	Cumple	11.9	7.1	**70**
Jumex / México	Completa	Cumple	11.9	7.4	**70**
Jugos del Valle / México	Completa	Cumple	11.9	6.7	**70**
Parmalat / México	Declara el contenido energético sólo en Kcal	Cumple	12.2	7.3	**70**
Confrutta / México	Declara el contenido energético sólo en Kcal	Cumple	12.3	4.8	**60**

Normatividad

Reglamento de Control Sanitario de Productos y Servicios.

NOM-002-SCFI-1993. Contenido neto. Tolerancias y métodos de verificación.

NOM-051-SCFI-1994. Especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas alcohólicas preenvasados.

NMX-F-018-1968. Calidad para jugo de toronja.

NMX-F-45-1982. Alimentos-Frutas y derivados-Jugo de manzana.

NMX-F-118-1984. Alimentos-Bebidas no alcohólicas-Jugo de naranja envasado.

Recomendaciones de compra y conservación

* Antes de adquirir un producto de este tipo verifique que el empaque no esté maltratado. Prefiera aquellos cuya fecha de caducidad o consumo preferente no esté próxima.
* Observe que la tapa del frasco, la lata o el cartón no esté abombado; si lo está, existe una alta posibilidad de que el producto represente un riesgo para su salud.
* Evite las latas de jugo golpeadas para no correr el riesgo de que el barniz que impide el contacto con el metal esté roto y el producto deteriorado. También verifique que las latas no presenten puntos oxidados.
* Antes de comprar un jugo envasado lea la etiqueta. Tenga en cuenta que el producto podría incluir ingredientes que usted no desea consumir.
* Revise las instrucciones de conservación en la etiqueta.
* No olvide las ventajas de consumir jugo natural.

Jugos de toronja

Marca / Origen	Información al consumidor	Composición fisicoquímica	Sólidos disueltos en ° brix		Evaluación global de calidad
			Sólidos totales	Sólidos de fruta	
Florida´s natural / E. U.	Declara el contenido energético sólo en Kcal	Cumple	10.0	10.0	**100**
Herdez / México	No incluye fecha de caducidad y declara el contenido energético sólo en Kcal	Cumple	13.0	10.0	**98**
Sonrisa Premiun / México	Declara el contenido energético sólo en Kcal	Cumple	11.2	8.9	**90**
Florida 7 / México	Declara el contenido energético sólo en Kcal	Cumple	11.6	6.9	**70**
Del Valle / México	Completa	Cumple	11.5	4.5	**60**
Jumex / México	Completa	Cumple	11.2	5.0	**60**

Si requiere más información sobre este estudio comuníquese a nuestro Laboratorio de Pruebas a los teléfonos 5549-0495 y 5544-2060 en el D. F., o al 01-800-903-1300 desde cualquier otro punto del país.

Jugos de manzana

Marca / Origen	Información al consumidor	Composición fisicoquímica	Sólidos disueltos en ° brix		Evaluación global de calidad
			Sólidos totales	Sólidos de fruta	
Martinelli´s / E. U.	Completa	Cumple	13.7	13.7	**100**
Manzana Pol / México	Declara el contenido energético sólo en Kcal.	Cumple	14.8	13.6	**100**
Apple & Eve / E. U.	Completa	Cumple	12.1	12.1	**95**
S&W / E. U.	Declara el contenido energético sólo en Kcal	Cumple	12.0	12.0	**95**
Treet / México	Declara el contenido energético sólo en Kcal	Cumple	11.4	11.4	**95**
Sonrisa Premium / México	Declara el contenido energético sólo en Kcal	Cumple	11.8	8.5	**80**
Jumex / México	Completa	Cumple	12.4	6.6	**75**
Florida 7 / México	Declara el contenido energético sólo en Kcal	Cumple	12.9	6.9	**75**
Herdez / México	No incluye fecha de caducidad y declara el contenido energético sólo en Kcal	Cumple	12.1	7.2	**73**
Great Value / México	Completa	Cumple	12.0	4.7	**65**
Jugos del Valle / México	Completa	Cumple	11.0	4.1	**60**
Parmalat / México	Declara el contenido energético sólo en Kcal	Cumple	12.2	4.1	**60**
Confrutta / México	Declara el contenido energético sólo en Kcal y no cumple con la declaración de contener 40% de la IDR para vitamina C	Cumple	12.0	3.8	**54**

¡A pedalear todos! Bicicletas

¿Durante las próximas fiestas navideñas desea regalarle una bicicleta a sus hijos? ¿La quiere para usted? ¿Sólo para pasear por las calles, para la montaña o una de carreras? Todo lo que necesita para elegir la mejor bicicleta lo encontrará en estas páginas.

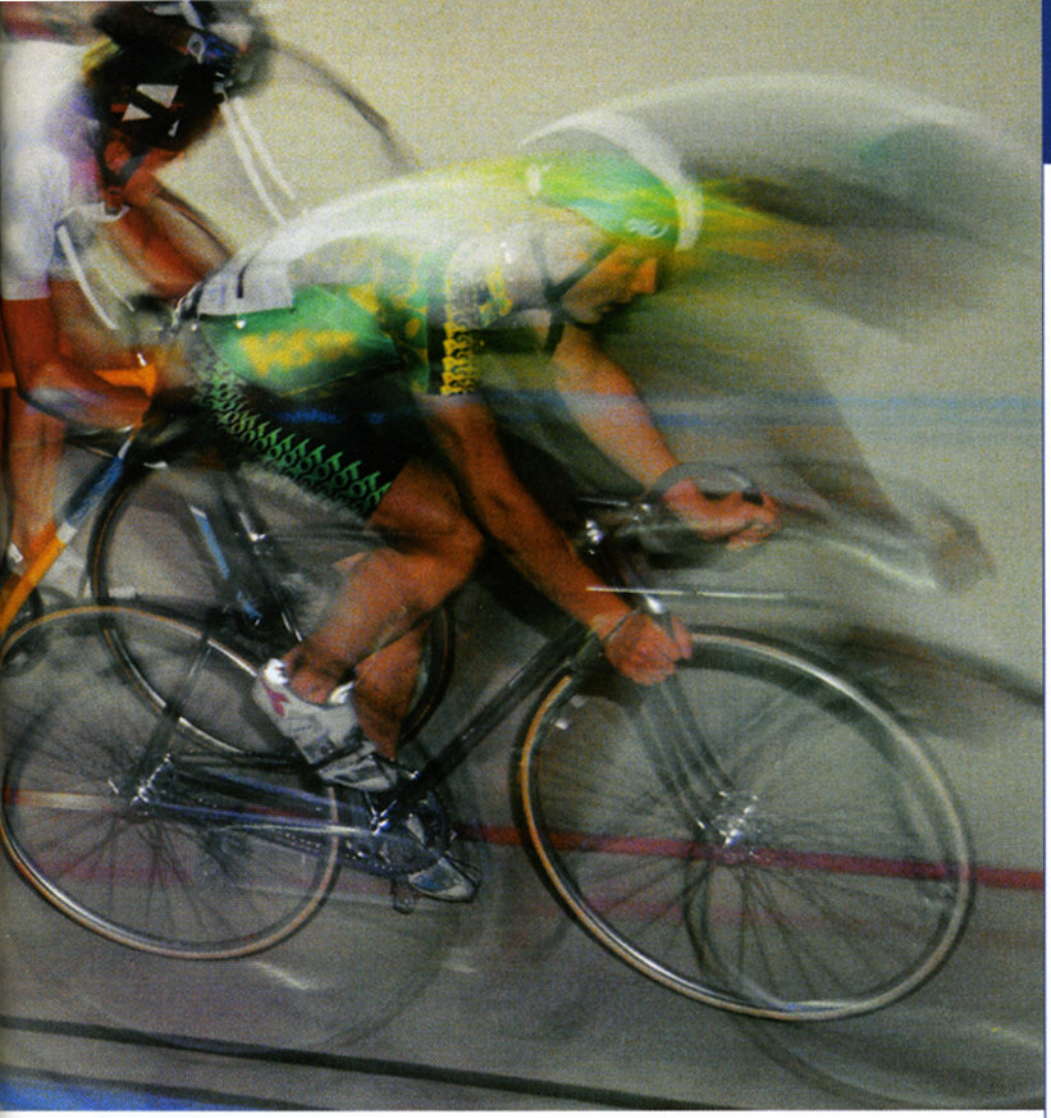
En la actualidad, prácticamente cualquier bicicleta es más sofisticada, cómoda y fácil de montar que una bicicleta de hace 20 años. Por ejemplo, la mayoría incluyen palancas para cambios de velocidad –algunas hasta 30– que mejoran la relación entre el esfuerzo de pedaleo y la velocidad de avance; otras cuentan con dispositivos de liberación rápida de los ejes de las ruedas, lo que hace más fácil los cambios de ruedas para reparar una ponchadura, meter la bicicleta en el auto o transportarla en el techo del mismo.

Dada la gran variedad de tipos y modelos de bicicletas que ofrece el mercado, el Laboratorio **Profeco** realizó el presente estudio de calidad de bicicletas con el fin de dar a conocer a los consumidores las características de estos productos y, por supuesto, su calidad. El estudio incluyó 51 muestras correspondientes a 11 marcas de origen nacional. Los tipos de bicicletas evaluados fueron los siguientes:

Bicicletas de montaña. Vienen en rodadas 24" y 26"; cuentan con cuadro reforzado, ruedas anchas nudosas y suspensión en la rueda delantera (algunas veces también en la parte trasera del cuadro). Ofrecen de 21 a 27 velocida-

Ficha técnica

- Periodo de muestreo: **del 2 de agosto al 10 de septiembre de 2002**
- Periodo de análisis: **del 6 de agosto al 17 de septiembre de 2002**
- Número de marcas / modelos analizados: **11 marcas y 51 modelos**
- Número de pruebas realizadas: **un total de 2,805 (55 por producto)**



des, frenos de disco o de chicote y manubrio plano o elevado. Pueden usarse en caminos de terracería, brechas escarpadas y pendientes rocosas, pero no deben utilizarse para distancias largas o paseos de alta velocidad. Hoy día las bicicletas de montaña representan las dos terceras partes del mercado.

Bicicletas juveniles. Son similares a las de montaña, pero en rodadas 16" a 20"; pueden usarse para distancias limitadas, caminos pavimentados o de terracería dispareja. No deben utilizarse para distancias largas o paseos de alta velocidad ya que son pesadas y se manejan en una posición poco aerodinámica.

Bicicletas de carreras. La mayoría cuentan con cuadro de aluminio o de acero ligero, manubrios caídos, ruedas angostas y lisas. Los modelos de 12 a 30 velocidades son aptos para distancias largas y caminos pavimentados con pendientes. No deben utilizarse en caminos de terracería o rocosos.

Bicicletas infantiles. Vienen en rodadas 10", 12" y 14"; están diseñadas para niños de hasta 11 años y un metro y medio de estatura. No son aptas para un fácil pedaleo y suelen ser incómodas. La mayoría de estas bicicletas se construyen poniendo más atención en la apariencia que en el funcionamiento.

A pedalear

Para la evaluación de la calidad y seguridad de los modelos se realizaron las siguientes pruebas:

Garantía. Se verificó la cobertura y duración de la garantía.

Acabados. Se revisó que las bicicletas no presentaran filos expuestos o salientes que pudieran estar en contacto con alguna parte del cuerpo del usuario. También se midió el espesor de la pintura.

Resistencia al uso y a impactos. Se realizaron pruebas de vibración e impacto en el cuadro y las ruedas, verificándose

La seguridad

- Entre los ciclistas novatos, la tasa de accidentes es mucho mayor en comparación con la de los experimentados. En este sentido nunca corra riesgos innecesarios.
- El uso del casco es obligatorio. Éste deberá utilizarse de forma correcta, ajustarse al tamaño de la cabeza y colocarse en la parte frontal, no en la mitad de la cabellera.
- Las bicicletas generalmente se fabrican para ser usadas sólo por una persona. No es recomendable llevar pasajeros sobre "diablitos" o sobre cualquier tipo de asiento. Más aún, es altamente riesgoso transportar bebés en sillitas especiales y en mitad del tráfico vehicular.
- No se recomienda andar en bicicleta de noche. Si necesita hacerlo, la unidad debe estar equipada con reflejantes (en pedales, ruedas y en las partes delantera y trasera del cuadro). También existen accesorios que emiten luz intermitente en la parte trasera de la bicicleta y que se alimentan con pilas AA; úselos si le es imprescindible trasladarse de noche.
- Piense que es difícil que los automovilistas lo vean. Use ropa de colores llamativos (la ropa de ciclista es idónea).
- Cruce la calle por las esquinas, verificando a ambos lados que no haya vehículos, personas o animales. Siempre circule en el mismo sentido de los autos (jamás en sentido contrario) y por el lado derecho de la calle.
- Es recomendable que aprenda a circular por la ciudad en compañía de uno o varios ciclistas experimentados.
- Nunca se sujete a un vehículo que esté en movimiento.
- No lleve ropa suelta o accesorios que puedan engancharse con la cadena, ruedas u otras partes en movimiento.
- Evite usar audífonos o algún otro objeto que obstaculice su oído o su visión.
- Cuando se acerque a un vehículo que acabe de detenerse tenga mucho cuidado porque la puerta puede abrirse.
- Si su bicicleta tiene reflejante trasero, asegúrese de que permanezca en posición vertical y perpendicular al piso.
- Cuando el piso esté mojado, disminuya su velocidad, recuerde que en estas condiciones el frenado de su bicicleta es más difícil y el control es más complicado.

Recomendaciones de compra

Al adquirir una bicicleta considere lo siguiente:

• ¿En qué lugar va a usarla? Una bicicleta de montaña, con cuadro reforzado, ruedas nudosas y posición de montado semirrecta, es la elección obvia si prefiere los caminos accidentados. Pero si piensa montar bicicleta sobre pavimento debe buscar un modelo ligero y con ruedas delgadas.

• ¿Qué ritmo de pedaleo practica? Si le gusta el pedaleo rápido sobre pavimento, seleccione una bicicleta de carreras. Algunas de ellas pesan menos de 10 kg. Para excursiones considere una bicicleta juvenil con cuadro reforzado, llantas más anchas y portabultos.

• En comparación con las bicicletas de carreras, las de montaña son más versátiles pues la posición del ciclista es más recta y más cómoda, y la visibilidad mejora; el sistema de frenado es más eficiente y el mantenimiento es más económico; además, la bicicleta de montaña puede adaptarse fácilmente a cualquier terreno, pero no la de carreras.

• ¿La bicicleta es para trabajar? Para recorridos moderados considere también la juvenil sencilla o una de montaña sin suspensión.

• ¿De qué altura debe ser la bicicleta? Para verificar si el marco es demasiado alto o bajo, monte la bicicleta sin sentarse en el asiento, con los pies apoyados en el piso, midiendo la distancia entre su entrepierna y la parte superior del tubo horizontal del marco: en bicicletas de carreras esta distancia deberá ser de una pulgada aproximadamente; para las bicicletas juveniles deberá ser entre 3 y 6 pulgadas; y en el caso de las de montaña, eso depende del ángulo del tubo superior del cuadro.

• Si tiene dudas, acuda a una tienda especializada en bicicletas; ahí le pueden orientar sobre el tamaño que más le conviene y dónde puede encontrar la que en realidad necesita. Sea cuidadoso con el tamaño; una buena bicicleta no lo será si no se ajusta a la altura del usuario; como regla general, puede decirse que en última instancia es mejor una bicicleta un poco chica que una grande.

• Procure anticipar un presupuesto y no gastar de más. Con frecuencia se adquieren implementos o accesorios que terminan en el armario porque en realidad no se requerían. Sin embargo, considere que una bicicleta muy barata puede no darle la satisfacción que usted espera, por lo que es mejor gastar un poco más por una bicicleta de buena calidad. Compare precios.

• Considere el servicio postventa; busque una tienda o agencia que tenga un buen taller de reparaciones y rectificaciones.

• Revise las cláusulas de la póliza de garantía.

• Adquiera componentes de marcas reconocidas para evitar de esta forma problemas en caso de que se presenten fallas y no haya posible reparación.

• Asegúrese de que existan refacciones para el modelo que elija. Es muy importante que acuda a un proveedor de confianza.

Bicicletas de montaña

Marca / Modelo	Características	Garantía	Acabados	Resistencia al uso e impactos	Sistema de frenado	Sistema de transmisión	Conservación de presión de aire en llantas	Dispositivos de seguridad	Evaluación global de calidad
Benotto / Viking	Rodada 26, 18 velocidades, doble suspensión, pedales con reflejante y reflejante trasero	1 año en cuadro y tijera	E	E	B	E	E	E	**98**
Magistroni /	Rodada 26, 21 velocidades, doble suspensión y pedales con reflejante	90 días en Avenger Aluminio	todas sus partes E	E	B	E	E	E	**98**
Mercurio /	Rodada 26, 21 velocidades, suspensión en tijera y pedales con refle-jante	90 días en Ranger Al	todas sus partes E	E	B	E	E	E	**98**
Mercurio / Tracker Ac	Rodada 26, 24 velocidades, doble suspensión, pedales con reflejante y reflejante trasero	90 días en todas sus partes	E	E	B	E	E	E	**98**
Turbo / Dynamik	Rodada 26, 21 velocidades, doble suspensión, pedales con reflejante y salpicaderas	100 días en todas sus partes	E	E	B	E	E	E	**98**
Magistroni / Tektra	Rodada 26, 18 velocidades, doble suspensión y pedales con reflejante	90 días en todas sus partes	B	E	B	E	E	E	**96**
Magistroni / MG2	Rodada 26, 18 velocidades, doble suspensión y pedales con reflejante	90 días en todas sus partes	B	E	B	E	E	E	**96**
Turbo / Karisma	Rodada 24, 21 velocidades, doble suspensión, pedales con reflejante y salpicaderas	100 días en todas sus partes	B	E	B	E	E	E	**96**
Benotto / Trapper	Rodada 24, 18 velocidades, suspension en tijera, pedales con reflejante y reflejante trasero y delantero	1 año en cuadro y tijera	E	E	B	E	B	E	**94**

Bicicletas de montaña *(continuación)*

Marca / Modelo	Características	Garantía	Acabados	Resistencia al uso e impactos	Sistema de frenado	Sistema de transmisión	Conservación de presión de aire en llantas	Dispositivos de seguridad	Evaluación global de calidad
Magistroni / Karggo	Rodada 26, 18 velocidades y pedales con reflejante	90 días en todas sus partes	E	E	B	E	B	E	**94**
Mercurio / Montana	Rodada 26, 21 velocidades, pedales con reflejante, reflejante trasero y soporte para recipiente de líquidos	90 días en todas sus partes	E	E	B	E	B	E	**94**
Turbo / Taurus	Rodada 26, 21 velocidades, salpicaderas, reflejante delantero y trasero y soporte para recipiente de líquidos	100 días en todas sus partes	E	E	B	E	B	E	**94**
Turbo / Rombo	Rodada 26, 21 velocidades, suspensión en tijera, pedales con reflejante, salpicaderas y soporte para recipiente de líquidos	100 días en todas sus partes	E	E	B	E	B	E	**94**
Bimex / Diamond Line Viking	Rodada 26, 24 velocidades, doble suspensión, pedales con reflejante, reflejante trasero y soporte para recipiente de líquidos	1 año en cuadro, tijera y manubrio; 3 meses en el resto de las partes	B	E	B	E	E	E	**93**
Ozeki / 2625	Rodada 26, 18 velocidades, suspensión en tijera, pedales con reflejante, reflejante trasero y soporte para recipiente de líquidos	1 año en cuadro; 3 meses en el resto de las partes	B	E	E	E	B	E	**92**
Magistroni / Pentium	Rodada 24, 18 velocidades, doble suspensión y pedales con reflejante	90 días en todas sus partes	B	E	B	E	B	E	**92**
Bimex / U2 Champion	Rodada 24, 12 velocidades, doble suspensión, pedales con reflejante y reflejante trasero y delantero	1 año en cuadro, tijera y manubrio; 3 meses en el resto de las partes	B	E	B	E	E	B	**90**
Kosmos / Genesis	Rodada 26, 21 velocidades, doble suspensión, pedales con reflejante y salpicaderas	100 días en todas sus partes	B	E	B	E	B	E	**90**
Turbo / Tygra	Rodada 26, 21 velocidades, suspensión en tijera, reflejante trasero y soporte para recipiente de líquidos	100 días en todas sus partes	E	E	B	E	R	E	**90**
Ozeki / 2428	Rodada 24, 18 velocidades, pedales con reflejante y reflejante delantero y trasero	1 año en cuadro; 3 meses en el resto de las partes	B	E	E	E	R	E	**87**

El cuidado de la bicicleta

• Cuando no utilice su bicicleta guárdela en un lugar techado, no la deje a la intemperie, pues la humedad puede provocar oxidación, y si se expone por tiempo prolongado a los rayos del sol la pintura y las calcomanías pueden sufrir decoloración.

• Mantenga limpia la bicicleta; considere que la suciedad, como el lodo y el polvo, pueden provocar que el funcionamiento de los frenos no sea el adecuado.

• Al lavar su bicicleta cerciórese de secarla muy bien. Después lubríquela como se indica en la sección de mantenimiento del manual de uso correspondiente.

• Limpie y lubrique la cadena con aceite de buena calidad, no trate de desmantelarla. En las bicicletas sin velocidades, revise la tensión de la cadena.

• Aplique unas gotas de aceite en la rueda libre sobre su lado izquierdo, girando lentamente la rueda mientras aplica el aceite.

• Revise que el desviador central y el cambio trasero estén limpios, si es necesario lubríquelos con aceite, al igual que los cables donde tienen rozamiento con los forros y guías.

• Para mantener los frenos en condiciones óptimas, aplique una gotas de aceite delgado en el interior del forro para mantener lubricados los cables. No derrame aceite sobre las zapatas de los frenos o sobre las ruedas.

• Para revisar la alineación de las ruedas es necesario medir la distancia entre el rin y el tubo de la tijera, verificando que sea la misma en ambos lados. Si la rueda necesita alineación llévela a un técnico especializado.

• Infle las llantas a la presión indicada en los costados de las mismas. Si se inflan a presiones mayores pueden reventar las cámaras que se encuentran en el interior de la llanta. Si se utiliza la bicicleta con las llantas infladas a presión baja, éstas se pueden dañar, dañar el rin y deformar la rueda.

Bicicletas juveniles

Marca / Modelo	Características	Garantía	Acabados	Resistencia al uso e impactos	Sistema de frenado	Sistema de transmisión	Conservación de presión de aire en llantas	Dispositivos de seguridad	Evaluación global de calidad
Magistroni / Accor	Rodada 20 y pedales con reflejante	90 días en todas sus partes	E	E	B	E	E	E	**98**
Mercurio / Magnum	Rodada 16, timbre con sonidos y pedales con reflejante	90 días en todas sus partes	E	E	B	E	E	E	**98**
Nahel / Great Mountain	Rodada 20 y pedales con reflejante	180 días en el cuadro, 60 días en el resto de las partes	E	E	B	E	E	E	**98**
Nahel / Great Mountain	Rodada 16 y pedales con reflejante	180 días en el cuadro, 60 días en el resto de las partes	E	E	B	E	E	E	**98**
Turbo / Mistery	Rodada 20, pedales con reflejante, 12 velocidades, doble suspensión y rin de 3 brazos	100 días en todas sus partes	E	E	B	E	E	E	**98**
Magistroni / Vértigo	Rodada 20 y pedales con reflejante	90 días en todas sus partes	E	E	E	E	B	E	**96**
Turbo / Secret Treasure	Rodada 16, timbre, pedales con reflejante, reflejante delantero y trasero y cuadro de material plástico	100 días en todas sus partes	B	E	E	E	E	E	**95**
Magistroni / Tango	Rodada 16 y ruedas entrenadoras	90 días en todas sus partes	E	E	B	E	B	E	**94**
Mercurio / Lexus	Rodada 20, pedales con reflejante, reflejante trasero, 5 velocidades e indicador de velocidad	90 días en todas sus partes	E	E	B	E	B	E	**94**
Max Steel / 9016	Rodada 16, pedales con reflejante	1 año en todas sus partes	B	E	E	E	B	E	**92**
Turbo / Cotton Candy	Rodada 20, pedales con reflejante y canastilla	100 días en todas sus partes	B	E	B	E	B	E	**92**
Mercurio / Evergreen	Rodada 16, pedales con reflejante, timbre con sonidos y canastilla delantera	90 días en todas sus partes	B	E	B	E	B	E	**91**
Benotto / Wolf	Rodada 20	1 año en cuadro y tijera	B	E	B	E	B	E	**90**
Bimex / Allien	Rodada 16, pedales con reflejante	1 año en cuadro, tijera y manubrio; 3 meses en el resto de las partes	B	E	B	E	E	B	**88**
Ozeki / 1625	Rodada 16, pedales con reflejante	1 año en cuadro; 3 meses en el resto de las partes	B	E	E	E	R	E	**87**
Ozeki / 2075	Rodada 20, pedales con reflejante, reflejante trasero, 18 velocidades y doble suspensión	1 año en cuadro; 3 meses en el resto de las partes	B	E	E	E	R	E	**87**
Cinelli / 20967	Rodada 20, pedales con reflejante y canastilla	3 años en cuadro; 2 meses en el resto de las partes	E	E	B	E	R	B	**84**
Cinelli / 10026	Rodada 16, pedales con reflejante	3 años en cuadro; 2 meses en el resto de las partes	B	E	B	E	R	B	**81**

Bicicletas infantiles

Magistroni / Boom	Rodada 14, ruedas entrenadoras	90 días en todas sus partes	B	E	B	E	*	E	**94**
Nahel / Pin Pon	Rodada 12, redas entrenadoras	180 días en cuadro; 60 días en el resto de las partes	E	E	E	E	*	B	**94**

Bicicletas infantiles *(continuación)*

Marca / Modelo	Características	Garantía	Acabados	Resistencia al uso e impactos	Sistema de frenado	Sistema de transmisión	Conservación de presión de aire en llantas	Dispositivos de seguridad	Evaluación global de calidad
Magistroni / Tango	Rodada 12, ruedas entrenadoras	90 días en todas sus partes	E	E	B	E	*	E	**92**
Barbie / 8012	Rodada 12, ruedas entrenadoras y bolsa grande guardaobjetos	1 año en todas sus partes	E	E	B	E	*	E	**91**
Barbie / 8014	Rodada 14, ruedas entrenadoras y bolsa guardaobjetos	1 año en todas sus partes	E	E	B	E	*	E	**91**
Ozeki / 1225	Rodada 12, ruedas entrenadoras y pedales con reflejante	1 año en cuadro; 3 meses en el resto de las partes	R	E	E	E	*	B	**87**
Turbo / Flipper	Rodada 12 1/2, ruedas entrenadoras	100 días en todas sus partes	B	E	B	E	R	E	**87**
Benotto / Bambino	Rodada 12 1/2, ruedas entrenadoras	1 año en cuadro y tijera	B	E	B	E	B	B	**86**
Ozeki / 1450	Rodada 12, ruedas entrenadoras y pedales con reflejante	1 año en cuadro; 3 meses en el resto de las partes	R	E	E	E	R	B	**79**

(*) Estos modelos presentan llantas sólidas, por lo cual no aplica la prueba de conservación de la presión de aire.

E= Excelente **B**=Bien **R**=Regular

Bicicletas de carreras

Benotto / 510	Rodada 27, 12 velocidades	1 año en cuadro y tijera	E	E	B	E	E	E	**98**
Benotto / Sportina	Rodada 20, 12 velocidades	1 año en cuadro y tijera	E	E	B	E	E	E	**98**
Benotto / 850	Rodada 23, 12 velocidades	1 año en cuadro y tijera	B	E	B	E	E	E	**96**
Benotto / Sportina	Rodada 24, 5 velocidades	1 año en cuadro y tijera	B	E	B	E	E	E	**96**

Si requiere más información sobre este estudio comuníquese a nuestro Laboratorio de Pruebas a los teléfonos 5549-0495 y 5544-2122 si vive usted en el área metropolitana de la ciudad de México, o al 01-800-903-1300 desde cualquier punto del país.

Normatividad

Para la realización del presente estudio se tomaron como referencia las siguientes normas mexicanas:

NMX-D-198/1

Autotransporte-Bicicletas-Terminología

NMX-D-198/2

Autotransporte-Bicicletas-Especificaciones

NMX-D-198/3

Autotransporte-Bicicletas-Métodos de prueba

NOM-050-SCFI-1994

Información comercial-disposiciones generales para productos

Sistema de frenado. Se revisó que los frenos tuvieran un buen ajuste y ensamble y que funcionaran adecuadamente. Además se comprobó que las zapatas del freno resistieran el calentamiento por fricción y que los controles de frenado estuvieran en posición correcta y accesible al conductor.

Sistema de transmisión. Se constató que la cadena funcionara adecuadamente sin que se presentaran fallas durante el uso; en el caso de los pedales, que pudieran girar libremente sobre su eje y no hubiera desplazamientos laterales.

Conservación de la presión en llantas. Se verificó la capacidad para mantener la presión de aire al cabo de siete días de haber inflado las llantas.

Dispositivo de seguridad. Se revisó la presencia de reflejantes, así como de marcas de inserción mínima en postes de asiento y manubrio.

Breve historia de la bicicleta

Por Alejandra Sánchez Plascencia

Junto con el reloj y el órgano, la bicicleta es uno de los grandes inventos de la humanidad cuya autoría nadie puede reclamar a ciencia cierta, pues en el transcurso del tiempo estos tres inventos se han ido modificando hasta adquirir las características que en la actualidad tienen.

1. Tanto en el antiguo Egipto como en China e India existe evidencia de que en tiempos remotos ya se utilizaban transportes de dos ruedas.
2. El florentino Leonardo da Vinci consignó un prototipo de bicicleta en su obra *Codex atlanticus*.
3. En 1720 el conde de Mede de Sivrac construyó una bicicleta rudimentaria toda de madera (llamada celerífero), sin pedales y sin manubrio, que sirvió como juguete a la clase noble parisina.
4. En 1816 el barón Karl-Friedrich Christian Ludwig von Sauerbron Drais añadió un sillín y un sistema de dirección al celerífero para maniobrarlo sin detenerse. Había nacido la draisiana.
5. En 1819, Denis Jonson, inglés, construyó una bicicleta rudimentaria de hierro, no de madera.
6. En 1838 se añadieron pedales al cuadro y un sistema de tracción a la rueda trasera: obra del escocés Kirkpatrick MacMillan.
7. En 1861 se agregaron pedales a la rueda delantera, lo que facilitaba la propulsión pero dificultaba el desplazamiento en dos ruedas. Esta bicicleta casi moderna, conocida como quebrantahuesos, fue obra de Ernest Michaux, francés.
8. En 1873, el inglés James Starley dio a conocer la primera bicicleta con casi todas las características actuales.

Fuentes perumountainbike.com
• www.mundocaracol.com
• www.mundofree.com

El equilibrio en bici

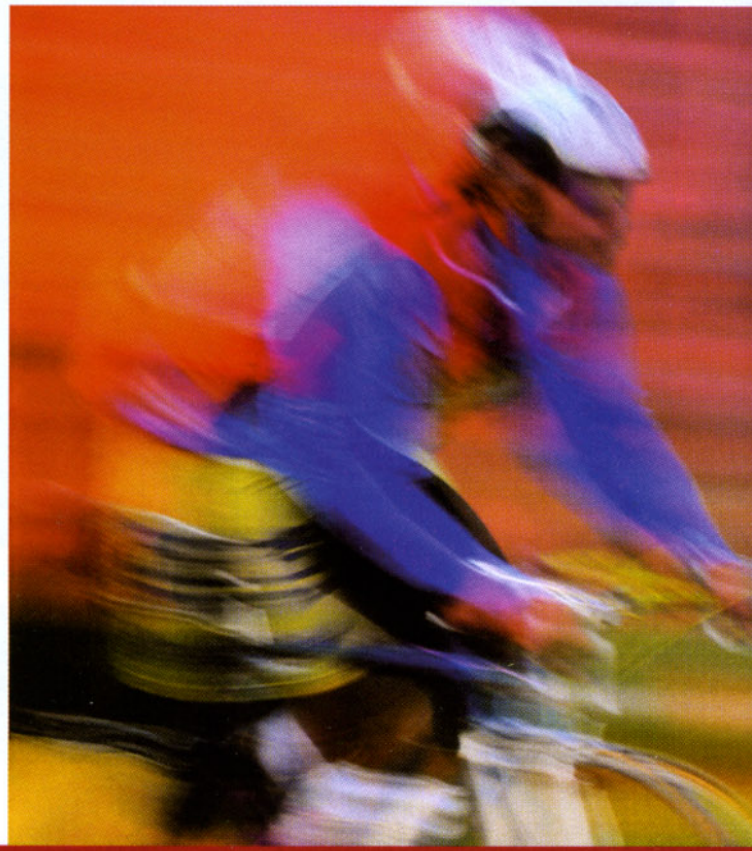
Se atribuye al francés Ernest Michaux haber dado con su invento el paso decisivo hacia la verdadera bicicleta.

Cabe preguntarse cómo descubrió que para lograr la estabilidad sobre dos ruedas era necesario el desplazamiento del vehículo a través de un sistema de propulsión a base de pedales. Fue una revolución en muchos sentidos. Por ello puede decirse que Ernest Michaux enseñó al mundo a andar en bicicleta. Menuda proeza.

Mexicanas en bicicleta

• Recientemente, la mexicana Nancy Contreras obtuvo la medalla de plata en el Campeonato Mundial de Ciclismo de Pista, en Copenhague, Dinamarca. Pese a que no pudo refrendar la presea de oro que ganó el año pasado en Bélgica, es la primera vez que un atleta nacional –y además mujer– gana una medalla en este campeonato.

• Belén Guerrero ganó la medalla de bronce en Bélgica, y este año quedó en noveno lugar.



Bicicletas y salud

• El ciclismo es uno de los deportes aeróbicos más completos que existen.

• Para quemar las 160 calorías que proporciona una cerveza basta pedalear unos 20 minutos.

• Tras andar en bicicleta una hora, a una velocidad de 18 km/h, se queman de 500 a 600 calorías.

• La principal función del hipocampo (situado en la pared externa de los ventrículos laterales del cerebro) es la consolidación de la memoria y el aprendizaje. Una lesión en dicha zona afecta el recuerdo de hechos específicos, pero no el de nuevas capacidades o habilidades. Así, una persona podría aprender a andar en bicicleta después de una lesión, pero no recordaría haber visto nunca una.

Fuentes reflexbikers.hpg.ig.com.br
• www.psicoactiva.com/atlas/hipocamp/htm

EFICIENCIA

Automóvil **15%**

Tren **35%**

Bicicleta **90%**

Sabía que...

• De acuerdo con las leyes de la Física, la bicicleta es uno de las máquinas más eficientes que existen: un coche a gasolina tiene una eficiencia del 15%, un tren del 35% y una bicicleta del 90%.

• Se estima que en el mundo existen 800 millones de bicicletas, cantidad que es el doble del número de autos (de las cuales 400 millones se encuentran en China, razón por la cual bien podría decirse que aquel país es un "pueblo bicicletero") .

• 10 bicicletas estacionadas en batería ocupan el lugar de un automóvil; cinco bicicletas en circulación, el de uno.

• En 1985, el ciclista estadunidense John Howard alcanzó la velocidad de 245.08 km/h en una bicicleta diseñada especialmente con este fin.

• En Suiza, a principios de los setenta, en el cantón de Appenzell, en donde por cierto sus pobladores son muy bajitos (1.50 cm en promedio) y las casas son pequeñas, se construyó la bicicleta más pequeña del mundo, de 15 cm de largo.

• En Berlín, el año pasado, la firma alemana Volkswagen presentó una bicicleta eléctrica ecológica: el motor recibe suministro de una batería de níquel y cadmio, pesa tan sólo 11 kg y alcanza una velocidad de 25 km/h.

• Existe un nuevo modelo de bicicleta lanzado por la empresa Aprilia, que funciona gracias a un gas de hidrógeno anticontaminante. Por si fuera poco, *Enjoy city,* el susodicho modelo, pesa 20 por ciento menos que cualquier bicicleta eléctrica y recorre el doble de distancia sin tener que recargarse; su único "defecto" es que sólo puede alcanzar los 32 km/h.

Fuentes www.chatemania.com/curiosidades.html
• www.lcc.uma.es/~ppg/html
• www.5septiembre.cu/curiosidades.htm

Anecdotario del *tour* de Francia

• En 1903, el diario francés *L´Auto* bautizó la idea que había nacido un año atrás: el *tour* de Francia, la carrera ciclista más grande del mundo. Los intrépidos ciclistas partirían de París a Lyon, Marsella, Tolosa, Burdeos y Nantes para volver a París; la competencia duraría un mes y el ganador obtendría 20,000 francos.

• El anecdotario del *tour* cuenta que el primer ganador fue Maurice Garin. Al año siguiente, en 1904, Henri Cornet, de 19 años, justo el competidor más joven, se llevó el premio; el participante más veterano, de 50 años, terminó en onceavo lugar.

• Dos años después se suprimieron los recorridos nocturnos para evitar que los competidores hicieran trampa, como aquel ciclista que a la mitad del trayecto ¡se subió a un tren!

• Cuando el *tour* cumplió una década apareció por primera vez el típico *maillot* amarillo, la prenda elástica que en la actualidad es distintiva de los ciclistas.

• En 1935, el tour se tiñó de rojo: durante la carrera, el español Francisco Cepeda murió a causa de una caída.

• No fue sino hasta la década de los sesenta cuando se realizó el primer control *antidoping* oficial.

• Uno de los sucesos más emotivos de finales del siglo XX fue el de Lance Armstrong, quien obtuvo un doble triunfo: ganar el *tour* luego de haber vencido un cáncer diagnosticado en 1997.

Fuente www.contrareloj.com.tour_2001/curiosidades

La aventura del cicl

• *Jersey*: $ 700.00

• *Camelback* (botella trasera): $ 500.00

• Bomba: $ 250.00

• Bolsa para herramientas: $ 150.00

• Cuernitos del manubrio: $ 200.00

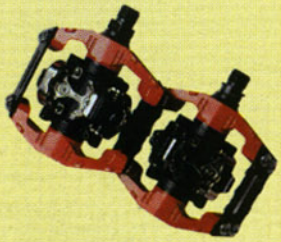
• *Short*: $ 600.00

• Candado: $ 300.00

• Ánfora: $ 60.00
• Portaánfora: $ 30.00

• Llantas de colores: $ 400.00

• Velocímetro: entre $ 200.00 y $ 300.00



• Pedal de contacto: de $ 475.00 a $ 2,000.00

ismo

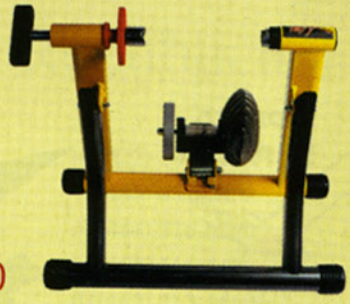
Por Leonardo Huerta Mendoza

- Gorra: entre $ 90.00 y $ 115.00
- Lentes: $ 1,000.00
- Cardiómetro o pulsómetro: entre $ 700.00 y $ 3,000.00
- Casco: $ 800.00
- Guantes: $ 600.00
- Luces delanteras: de $ 150.00 a $ 450.00
- Calcetas: $ 60.00
- Zapatillas: $ 700.00

- Juego de herramientas: $ 90.00

- Barras de energía (*power bars*): $ 20.00

- Luces traseras: $ 250.00



- *Turbo trainer* (entrenador): de $ 1,750.00 a $ 4,500.00

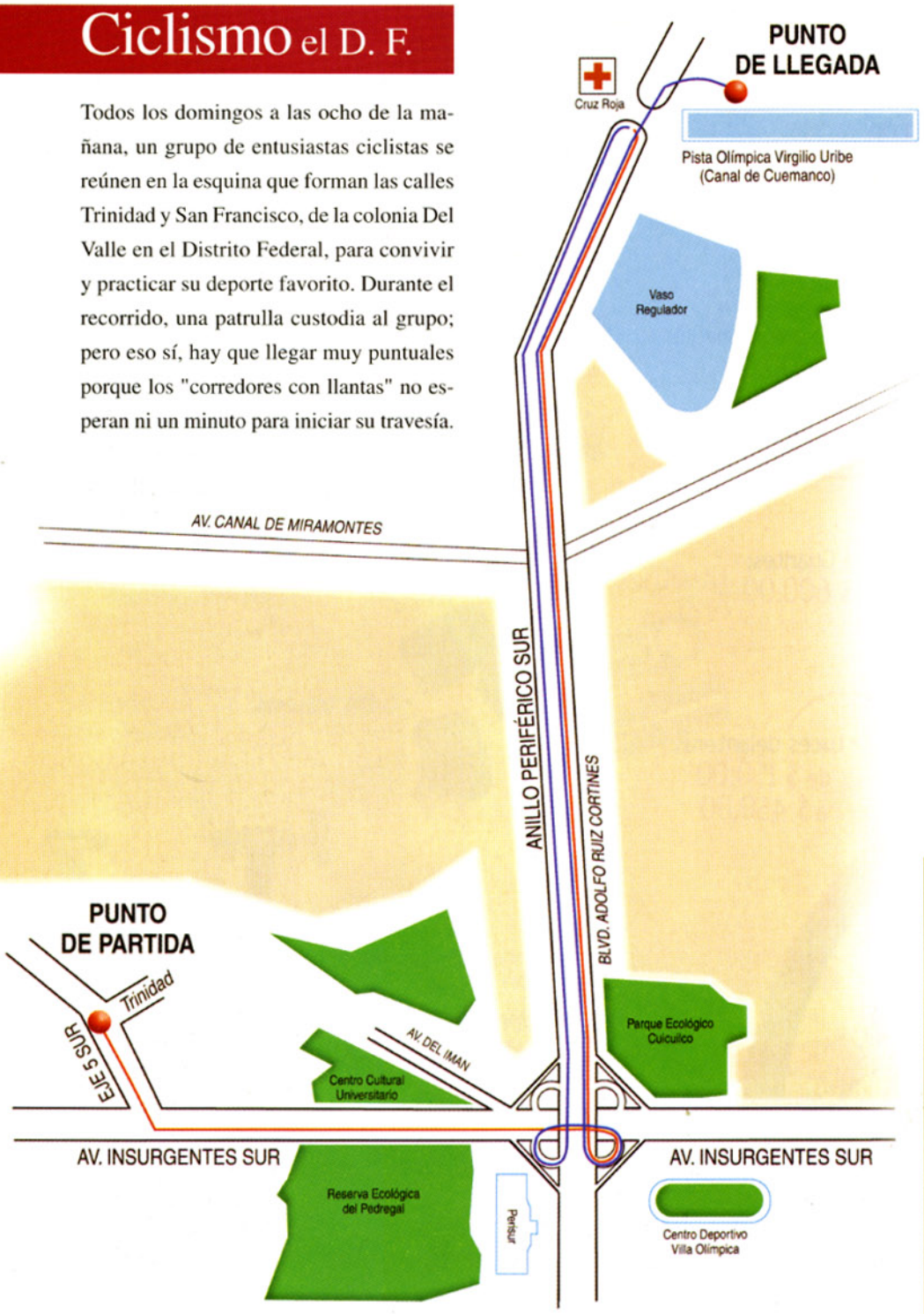
Considerando los precios más bajos de los artículos en los que la diferencia es muy grande, el costo promedio de estos accesorios es de $ 10,075.00, pero la suma puede aumentar a $ 17,075.00 si usted se decide por los artículos más caros. Esta cantidad no contempla el precio de la bicicleta, por lo que si está pensando en cambiar su vieja bici por una nueva o quiere iniciarse en el ciclismo, el precio aproximado de una buena bicicleta de aluminio para aficionados es de $ 4,200.00.

¿Dónde pedalear?

Por Armando Aguilar

Ciclismo el D. F.

Todos los domingos a las ocho de la mañana, un grupo de entusiastas ciclistas se reúnen en la esquina que forman las calles Trinidad y San Francisco, de la colonia Del Valle en el Distrito Federal, para convivir y practicar su deporte favorito. Durante el recorrido, una patrulla custodia al grupo; pero eso sí, hay que llegar muy puntuales porque los "corredores con llantas" no esperan ni un minuto para iniciar su travesía.



México en bicicleta

Se trata de una página en Internet (*www.meb.com.mx*) en la que los amantes del ciclismo de montaña pueden encontrar la información necesaria para salir a explorar veredas, contratar guías, conocer nuevos amigos y mantenerse informados sobre los temas que más interesan a montañistas sobre ruedas.

La Federación Mexicana de Ciclismo A. C. (tel. 0155- 5648-1131), que forma parte de la Confederación Deportiva Mexicana (Codeme), cuenta con 35 asociaciones registradas en todo el país. Éstas ofrecen las siguientes ramas para practicar este deporte: infantil (5 a 14 años), juvenil (15 a 18 años), sub 23, elite (23 años en adelante), ciclismo de montaña, cicloturismo, liga de veteranos y estilo libre (acrobacia). Para más información comuníquese telefónicamente a la asociación de su estado:

Rutas de montaña en el D. F.

En el Parque Nacional Cumbres del Ajusco encontrará cuatro parques ejidales organizados para practicar el ciclismo de montaña: Totolapan, Tepozan, Desierto de los Leones y Axosco.

El parque San Nicolás Totolapan (SNT), mejor conocido como Las Llantas, más que un parque es todo un proyecto ecológico para rescatar los bosques del Ajusco. Este escenario natural resulta ideal para practicar el ciclismo de montaña en cualquiera de sus circuitos de 25 km. El parque se ubica en el kilómetro 11.5 de la carretera al Ajusco. En el mapa adjunto se aprecia la ubicación de los cuatro lugares. Las pistas para ciclismo de montaña se muestran en color morado. Cabe aclarar que por lo sinuoso de los caminos, éstos son sólo para ciclistas intermedios y avanzados.

El Desierto de los Leones es una ruta para ciclismo de montaña que consta de 4 km (que se recorren en 30 minutos aproximadamente) de tierra roja y compacta, ideal para principiantes. El punto de partida es el estacionamiento La Venta, justo en la cuchilla de la carretera que cruza el parque Desierto de los Leones (al poniente de la Ciudad de México). La misión es llegar al convento. A buen paso, un promedio de 8 km/h, tardará media hora en subir. Si es principiante no hay ninguna prisa, puede subir caminando las pendientes más pronunciadas. En la corta distancia de esta ruta hay suficientes tramos planos que la hacen ideal para los novatos. Las partes difíciles (por inclinadas) son el primer y el último kilómetros, más o menos.

Seguridad

Recuerde siempre viajar acompañado durante sus recorridos, ya que los trechos solitarios donde se practica el ciclismo de montaña hacen de los ciclistas blanco fácil de los delincuentes.

Ciclismo en toda la República

Aguascalientes ..... **01(449) 914-4567**	Guanajuato ..... **01(477) 774-2939**	Querétaro ..... **01(427) 272-4758**
Baja California ..... **01(646) 174-0463**	Guerrero ..... **01(744) 482-6173**	Quintana Roo ..... **01(983) 837-0539**
Baja California Sur .. **01(624) 142-3978**	Hidalgo ..... **01(771) 711-0738**	San Luis Potosí ..... **01(444) 816-6560**
Campeche ..... **01(938) 381-1018**	Jalisco ..... **01(333) 597-1705**	Sinaloa ..... **01(667) 716-5408**
Chiapas ..... **01(961) 616-4158**	La Laguna ..... **01(87) 1725-2217**	Sonora ..... **01(662) 213-1460**
Chihuahua ..... **01(614) 417-7493**	Michoacán ..... **01(443) 313-9438**	Tabasco ..... **01(993) 315-0357**
Coahuila ..... **01(844) 8414-4749**	Morelos ..... **01(777) 325-0025**	Tamaulipas ..... **01(834) 316-6767**
Colima ..... **01(312) 312-5622**	Nayarit ..... **01(311) 210-0198**	Tlaxcala ..... **01(246) 4681-730**
Distrito Federal ..... **01(55) 5694-9225**	Nuevo León ..... **01(81) 8330-3307**	Veracruz ..... **01(228) 840-3309**
Durango ..... **01(618) 811-6979**	Oaxaca ..... **01(951) 515-2625**	Yucatán ..... **01(999) 982-0101**
Estado de México ..... **01(722) 215-1330**	Puebla ..... **01(222) 222-0318**	Zacatecas ..... **01(492) 92-219-95**

¿De qué rodada?

Una bicicleta puede darnos años de diversión, además de ser un eficiente medio de transporte. Elegir la más conveniente no es cosa fácil, pues **el precio no es el único factor a considerar,** por eso le recomendamos que antes de comprar le eche un ojo a esta información.

En el mercado existe una amplia variedad de marcas y modelos de bicicletas de distintas calidades, por lo que obtener una mayor información sobre las características y precios de este producto es importante antes de decidirse por cuál comprar. Con el deseo de complementar el análisis de calidad de bicicletas presentado en este número, el programa "Quién es quién en los precios" realizó una levantamiento durante el periodo del 9 al 18 de septiembre en 21 ciudades de la República.

Las marcas de bicicletas analizadas por el Laboratorio de Pruebas de **Profeco** fueron Benotto, Bimex, Cinelli, Magistroni, Mercurio, Nahel, Ozeki y Turbo. De acuerdo con el estudio, el modelo con la menor calificación obtuvo 79 puntos, mientras que la máxima calificación fue de 98.

En este artículo se reportan los resultados de las marcas y modelos que en más ocasiones se encontraron en el mercado, asociadas con la calidad determinada por el Laboratorio.

El 76.1 por ciento de las bicicletas que se hallaron con mayor frecuencia en los establecimientos considerados son las que tienen calificaciones de 87, 90, 92, 94 y 98 puntos; la mayoría de estas bicicletas pertenecía a las marcas Turbo, Mercurio y Benotto, las cuales representaron 72.4 por ciento del total de observaciones y cuyas calificaciones fluctuaron entre 86 y 98 puntos.

Por otra parte, las marcas que se ubicaron en un mayor número de ciudades fueron Turbo, Mercurio y Magistroni (en 18 ciudades la primera y en 16 las otras dos). En contraste, las marcas Ozeki y Nahel fueron encontradas en muy pocos establecimientos y solamente en 7 y 4 ciudades, respectivamente.

La mayoría de los modelos estaban disponibles en tiendas especializadas en la venta de bicicletas, donde se ofrece una mayor variedad y en muchas ocasiones a un precio inferior al de otro tipo de tiendas, como autoservicios, departamentales y jugueterías.

Otro aspecto considerado para este levantamiento fue la clasificación de las bicicletas: infantil, juvenil, de montaña o de carreras. Los resultados señalan que, actualmente, los tipos de bicicleta más encontrados fueron los de montaña (48.6%) y juvenil (31.6%).

Por razones de espacio, aquí sólo le

Ficha técnica

Periodo de levantamiento de precios: **del 9 al 18 de septiembre de 2002**
Número de ciudades donde se realizó: **21**
Ciudades mencionadas en este artículo: **3**
Número de precios consignados en este artículo: **77**

presentamos por tipo, marca y modelo, las cadenas y tiendas comerciales que ofrecieron el precio mínimo y máximo de las bicicletas con calificación de 87, 90, 92, 94 y 98 puntos en el Distrito Federal y área metropolitana, así como en Aguascalientes y Veracruz, durante el periodo considerado. Para consultar los datos completos de esta investigación usted puede llamar al Teléfono del Consumidor: 5568-8722 en la Ciudad de México y área metropolitana, o al 01-800-903-1300, larga distancia sin costo desde cualquier otro lugar de la República.

Ciudad de México

Los resultados del levantamiento señalan que los precios mínimos se encontraron principalmente en las tiendas especializadas en la venta de bicicletas, mientras que los más elevados se ubicaron, por lo general, en las tiendas departamentales. La mayor diferencia entre el precio máximo y el mínimo fue casi del 61 por ciento en el modelo Flipper, marca Turbo, de tipo infantil.

Tipo	Marca	Modelo	Establecimiento / precio mínimo		Establecimiento / precio máximo	
Calificación 98						
Carreras	**Benotto**	510. Rodada 27	Bicicletas Benotto y Triciclos Apache	$ 1,430	Auchan	$ 1,699
Juvenil	**Magistroni**	Accor. Rodada 20	Juguetibici	$ 890	Juguetibici	$ 890
	Mercurio	Magnum. Rodada 16	Bicicletas Maratón Bici-Competencia, S.A. Cosmobici	$ 776	Sears	$ 1,154
Montaña	**Benotto**	Viking. Rodada 26	Jacob	$ 1,600	Bicicletas Benotto	$ 1,715
	Mercurio	Ranger Al Aluminio. Rodada 26	Cosmobici Multi-Bici	$ 1,869	Mega Elektra Bicicletas Maratón	$ 1,999
		Tracker Downhill. Rodada 26	Sportibici	$ 1,947	Bici-Competencia, S.A. Cosmobici	$ 2,025
	Turbo	Dynamik. Rodada 26	Mega Elektra	$ 1,899	Elektra	$ 1,949
Calificación 94						
Infantil	**Magistroni**	Boom. Rodada 14	Juguetrón	$ 439	Juguetibici	$ 575
		Tango. Rodada 12	Multi-Bici	$ 335	Juguetibici	$ 409
Juvenil	**Magistroni**	Tango. Rodada 16	Juguetrón	$ 679	Juguetibici	$ 905
	Mercurio	Lexus. Con 5 velocidades. Rodada 20	Bicicletas Maratón Bici-Competencia, S.A. Cosmobici Multi-Bici Velociclo	$ 1,090	Sears	$ 1,549
Montaña	**Benotto**	Trapper. Tijera de suspensión. Rodada 24	Bicicletas Benotto y Triciclos Apache	$ 1,485	Bicicletas Benotto	$ 1,504
	Mercurio	Montana. Rodada 26	Salinas y Rocha	$ 1,109	Auchan	$ 1,399
	Turbo	Rombo. Rodada 26	Martí Mega Sports	$ 1,799	Sears	$ 1,849
		Taurus. Rodada 26	Mega Elektra	$ 1,199	Mega Elektra	$ 1,199
Calificación 92						
Juvenil	**Turbo**	Cotton Candy. Rodada 20	Pro Ryno y Shumba	$ 830	Liverpool	$ 1,295
Montaña	**Magistroni**	Pentium. Rodada 24	Juguetibici	$ 1,647	Juguetibici	$ 1,647
Calificación 90						
Juvenil	**Benotto**	Wolf. Cuadro cromado. Rodada 20	Bici-Arp Benotto	$ 1,269	Bicicletas Benotto	$ 1,277
Montaña	**Bimex**	U2 Champion. Rodada 24	Chedraui	$ 1,508	Mercería del Refugio	$ 1,849
	Turbo	Tygra. Rodada 26	Bicitodo	$ 2,249	Sears	$ 3,499
Calificación 87						
Infantil	**Turbo**	Flipper. Rodada 12	Ciclo Moretti Ciclo Partes	$ 420	Liverpool	$ 675

Veracruz

En esta ciudad, la disponibilidad en las distintas tiendas de los modelos seleccionados de acuerdo con la calidad no fue mucha, ya que en la mayoría de los casos sólo se encontraron en un establecimiento o cadena comercial. Por ejemplo, el modelo Cotton Candy, rodada 20, de la marca Turbo, para jóvenes, sólo se encontró en Sears Roebuck, S. A.

Tipo	Marca	Modelo	Establecimiento / precio mínimo		Establecimiento / precio máximo	
Calificación 98						
Juvenil	**Mercurio**	Magnum. Rodada 16	Mueblería Nueva	$ 799	Sears Roebuck, S.A.	$ 1,199
Montaña	**Benotto**	Viking. Rodada 26	Bicicletas Benotto	$ 1,715	Lezama	$ 1,826
	Mercurio	Ranger Al Aluminio. Rodada 26	Juguetería Bravo	$ 1,699	Elektra	$ 2,039
	Turbo	Dynamik. Rodada 26	Elektra		$ 1,949	
Calificación 96						
Infantil	**Magistroni**	Boom. Rodada 14	Juguetería Bravo	$ 430	Tony	$ 570
		Tango. Rodada 12	Juguetería Bravo	$ 339	Tony	$ 407
Juvenil	**Magistroni**	Tango. Rodada 16	Juguetería Bravo		$ 665	
Montaña	**Mercurio**	Montana. Rodada 26	Elektra	$ 995	Soriana	$ 1,439
	Turbo	Rombo. Rodada 26	Sears Roebuck, S.A.	$ 1,849	Liverpool	$ 3,649
Calificación 94						
Juvenil	**Turbo**	Cotton Candy. Rodada 20	Sears Roebuck, S.A.		$ 1,499	
Calificación 90						
Montaña	**Bimex**	U2 Champion. Rodada 24	Chedraui		$ 1,508	
	Turbo	Tygra. Rodada 26	Sears Roebuck, S.A.		$ 3,499	
Calificación 87						
Infantil	**Ozeki**	1225. Rodada 12	Bicicletas Benotto Lezama		$ 390	
	Turbo	Flipper. Rodada 12	Bicicletas Benotto Lezama		$ 567	

Aguascalientes

Aunque esta ciudad ocupó el quinto lugar por la disponibilidad de bicicletas en el mercado, presentó el inconveniente de que la mayoría de ellas sólo se encontraron en una tienda o establecimiento comercial, por lo que la oportunidad de comparar precios es muy reducida.

Tipo	Marca	Modelo	Establecimiento / precio mínimo		Establecimiento / precio máximo	
Calificación 98						
Carreras	**Benotto**	510. Rodada 27	Bicicletas y Partes Abel, S.A. de C.V.		$ 1,338	
Juvenil	**Magistroni**	Accor. Rodada 20	Julio Zepeda Jugueterías		$ 710	
	Mercurio	Magnum. Rodada 16	Bicicletas y Partes Abel, S.A. de C.V.		$ 791	
	Nahel	B 1022. Rodada 16	Bicicletas San Marcos		$ 630	
		Great Mountain. Rodada 20	Bicicletas San Marcos		$ 680	
Montaña	**Benotto**	Viking. Rodada 26	Bicicletas y Partes Abel, S.A. de C.V.		$ 1,745	
	Mercurio	Ranger Al Aluminio. Rodada 26	Bicicletas Arellano, S.A. de C.V.	$ 1,895	Bicicletas y Partes Abel, S.A. de C.V.	$ 1,991
		Tracker Downhill. Rodada 26	Julio Zepeda Jugueterías	$ 2,055	Bicicletas y Partes Abel, S.A. de C.V.	$ 2,158
Calificación 94						
Infantil	**Magistroni**	Boom. Rodada 14	Julio Zepeda Jugueterías		$ 495	
	Nahel	B 1007. Rodada 12	Bicicletas San Marcos		$ 530	
Juvenil	**Mercurio**	Lexus. Con 5 velocidades. Rodada 20	Soriana	$ 1,029	Bicicletas y Partes Abel, S.A. de C.V.	$ 1,110
Montaña	**Mercurio**	Montana. Rodada 26	Bicicletas y Partes Abel, S.A. de C.V.	$ 1,241	Julio Zepeda Jugueterías	$ 1,325
Calificación 92						
Juvenil	**Turbo**	Cotton Candy. Rodada 20	Bicicletas y Partes Abel, S.A. de C.V.	$ 933	Sears	$ 1,399
Montaña	**Ozeki**	2625. Rodada 26	Bodega Gigante		$ 699	
Calificación 90						
Juvenil	**Benotto**	Wolf. Cuadro cromado. Rodada 20	Bicicletas y Partes Abel, S.A. de C.V.		$ 1,248	
Montaña	**Bimex**	U2 Champion. Rodada 24	Julio Zepeda Jugueterías		$ 1,499	
	Turbo	Tygra. Rodada 26	Bicicletas y Partes Abel, S.A. de C.V.		$ 2,390	
Calificación 87						
Infantil	**Turbo**	Flipper. Rodada 12	Bicicletas y Partes Abel, S.A. de C.V.	$ 483	Bicicletas Arellano, S.A. de C.V.	$ 510
Juvenil	**Ozeki**	1625. Rodada 16	Are Bike		$ 680	
		2075. Rodada 20	Bodega Gigante	$ 607	Are Bike	$ 680
Montaña	**Ozeki**	2428. Rodada 24	Bodega Gigante		$ 899	

¿Cómo compramos bicicletas?

Del 18 al 20 de septiembre, **Profeco** llevó a cabo una encuesta en 391 hogares de la zona metropolitana de la Ciudad de México, la cual fue aplicada a personas mayores de 15 años de edad con objeto de identificar los hábitos de uso y compra de bicicletas por parte de la población. Los resultados tienen un nivel de confianza de 95% y un margen de error del 5%.

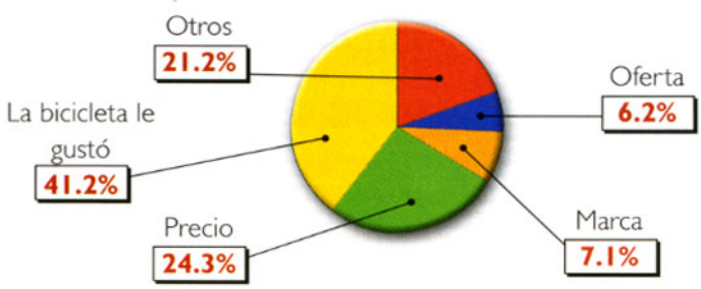
¿Para qué compra una bicicleta?

Uso propio **42.4%**
Regalo infantil **38.5%**
Regalo a adolescente o adulto **2.8%**
Otros **19.9%**

¿Dónde compra?

Establecimientos especializados **36.6%**
Comercio informal **19.7%**
Tiendas de autoservicio **17.8%**
Departamentales **7.4%**
Mercado público **2.5%**
Mueblerías **2.2%**
No recuerda **6.8%**
No contestó **0.3%**
Otro **5.8%**

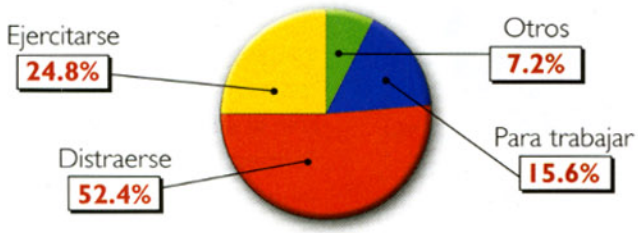
Motivos para comprar una bicicleta



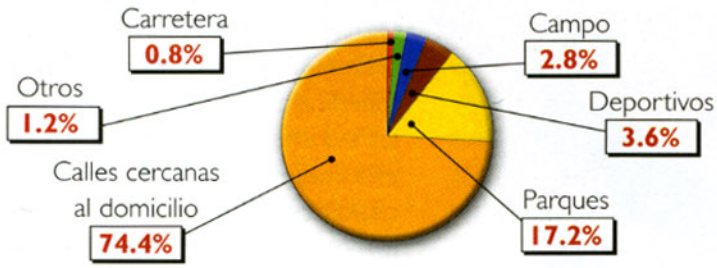
¿Qué tipo de bicicletas ha comprado?

Montaña **42.2%**
Infantil **30.2%**
Juvenil **8.9%**
Ruta **4.6%**
Todo terreno **4.6%**
Trabajo **2.8%**
Otro **6.5%**
No contestó **0.3%**

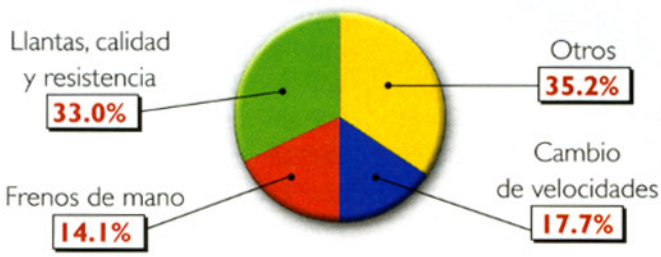
¿Para qué utiliza la bicicleta?



Lugares donde utiliza la bicicleta



Aspectos técnicos considerados



Al comprar, un gran porcentaje de los consumidores que adquirieron una bicicleta no consideraron la marca ni aspectos técnicos importantes, como la suspensión, el cuadro o el material de construcción. Generalmente, las razones para elegir tal o cual bicicleta fueron el precio y que ésta fuera del agrado del comprador.

Ahora bien, a pesar de que la mayoría de los consumidores no investigaron sobre las características de la bicicleta que compraron, una proporción importante (36.6%) la adquirió en establecimientos especializados, donde es probable que hayan recibido orientación. El comercio informal también fue un lugar de compra importante, porque se percibió como barato y cómodo.

Los principales motivos para la compra de una bicicleta fueron el uso propio (con el propósito de ejercitarse o distraerse) y para regalo infantil. En ambos casos, el tipo de bicicleta que predomina, tanto en preferencias de uso como a la hora de comprar, es el de montaña. Esto se debe a la versatilidad de uso de este tipo de bicicletas y a que prácticamente se pueden encontrar modelos para todas las edades.

De nuestros 391 entrevistados, 325 habían comprado una bicicleta alguna vez; el 68% lo habían hecho en un periodo inferior a tres años, mientras que el resto realizó la compra por lo menos ocho años atrás. Esto refleja que la bicicleta no es un producto que se reponga con frecuencia, de ahí la importancia de hacer una buena elección al momento de comprar.

Cabe resaltar que los ciclistas de la Ciudad de México prefieren andar en bicicleta en las calles (74.4%) que en espacios destinados para esta actividad, como parques o deportivos.

¿Comparó marcas y precios antes de comprar?

85.5%	**14.5%**
No comparó	**Sí,** directo en tiendas

Fuente Dirección General de Análisis y Prácticas Comerciales, Profeco

Infografía y Fotoarte Mago / **Fotografía** Boris de Swan

Totalmente sin sentido

"Si te digo que no me pasa nada o no tengo nada, no me creas nada", reza el eslogan publicitario. En efecto, se puede creer o no creer nada, pero no es posible no entender nada. ¿O alguien puede decir qué quieren decir los totalmente creativos de esta campaña publicitaria?

Por Inés Marrón

Hace unos seis años la campaña de El Palacio de Hierro desató pasiones entre un sector de la población. Sus anuncios levantaron cejas, murmullos, sonrisas, defensas o reflexiones enfurecidas. Dicha publicidad retomaba (y retoma) la idea de que las mujeres son frívolas, superficiales y vanidosas. Para cuando los anuncios aparecieron ante el público, esta imagen del sexo femenino de las clases media y alta estaba, por decir lo menos, pasada de moda, o *démodée*, para decirlo en plan frívolo.

La vuelta a la vuelta

Hacía años que se escuchaba de forma recurrente que las mujeres tienen las mismas capacidades intelectuales y emocionales que los hombres. Tal vez por ello, los creativos de esta campaña decidieron darle un giro a la publicidad que iban a lanzar: apostaron por el cinismo. Los anuncios parecían decir: "Sí,

somos frívolas, y qué y qué y qué"; tomaron por los cuernos al toro de la desigualdad de género, al de la preservación de esquemas sociales anquilosados, y le dieron la vuelta.

Hay que decir que algunos de sus anuncios eran francamente divertidos precisamente porque retrataban un *cliché* por todos conocido. Cuando una campaña publicitaria (enfocada a que las mujeres compren ropa) retoma las barbaridades sociales con las que todas las mujeres hemos tenido que convivir a lo largo de siglos, las hermosea y hace un guiño cínico, el resultado puede ser inspirado.

En esta campaña inicial hay líneas para morir de risa. ¿Botones de muestra? Éstos: "Sólo una frase separa a la niña de la mujer: no tengo qué ponerme"; "Hay dos cosas que una mujer no puede evitar: llorar y comprar zapatos" (ambas de 1998); "Cada vez hay menos príncipes; por fortuna, cada vez hay más Palacios"; "Por suerte somos el sexo débil, el fuerte es el que carga las compras"; "Las mujeres tenemos el vicio de comprar y es que no podemos ser perfectas" y "El problema no es que me quede bien o mal, sino que ya me lo vieron" (todas de 1999). Estas frases caricaturizan o reflejan parte del papel histórico asignado al género femenino de las clases media y alta.

La pregunta natural después de la caricatura y la carcajada es: ¿las mujeres han asumido voluntaria y conscientemente ese papel? No estamos para incurrir en el exceso de debatir el tema de la igualdad y relacionarlo con una campaña publicitaria, pero sí es necesario decir que el impacto original de estos anuncios tiene que ver con los cambios fundamentales que están sufriendo los papeles femenino y masculino en nuestro país en los últimos años.

Por lo demás, una campaña bien orquestada requiere de una estética determinada; es decir, se necesita una imaginería que la gente pueda identificar con la marca.

Ejemplo de lo anterior es el siguiente: la bella chica (delgada hasta la preocupación) conduce un auto de colección a velocidades que despeinan (su cabello, sin embargo, se atiene a la corrección). Se mira por el retrovisor y levanta un lápiz labial para rellenar sus voluptuosos labios; en ese momento se estrella de frente –en una de las secuencias más violentas para comerciales jamás vistas– con un camión. El auto vuela por los aires hecho pedazos. La chica muere dejando un cadáver bellísimo, claro está. Su alma se separa del cuerpo, camina entre los despojos del accidente, recoge un espejo lateral y con cuidado elimina un hilo de sangre que brilla entre sus labios recién pintados. ¿La frase? "Las tiendas existen porque la vanidad nunca muere."

En la imaginería de esta campaña, incluso muertas las chicas están obsesionadas con su apariencia, y son delgadísimas, jóvenes, bellas, etéreas y muy, muy superficiales: son totalmente Palacio.

¿Están totalmente acabados?

"Soy totalmente Palacio". Esta frase fue sin duda un éxito a pesar de no tener un significado concreto (por favor, que alguien explique qué significa "ser totalmente Palacio"). Pero ni esa genialidad vacía de significado ha logrado que la campaña evolucione con el tiempo.

Este año tenemos joyas del absurdo como "Si las mujeres no fueran de compras, los hombres no tendrían calcetines" (otra vez, ¿qué es eso, a qué se refieren?) Claro, podrían venir los creativos y explicarnos muy bien de qué va el asunto o encogerse de hombros como diciendo "ay, qué bárbaros, cómo se les ocurre no entender".

Entonces nosotros atacaríamos de nuevo poniendo cara de circunstancias frente al anuncio más publicitado de este 2002: "Si te digo que no me pasa nada, o no tengo nada, no me creas nada". ¿Cómo?

Tal vez haya un problema real con esta campaña que sigue causando polémica. Y este problema bien podría ser que se han metido de cabeza en un asunto que ya no les queda muy claro. Resulta que hasta los *clichés* y los esquemas anquilosados, por más hilarantes que puedan parecernos, son contados y tienen una elasticidad limitada: es imposible estirarlos eternamente.

La campaña de El Palacio de Hierro tampoco han tenido la sensibilidad para ver que posiblemente estamos muy cansados de que nos repitan lo mismo de una y otra forma, que recalquen la desigualdad genérica sin propuestas creativas; posiblemente estamos hartos de ver sinsentidos –como si fuera siempre chistoso– en lo que es una batalla cotidiana, un motivo de preocupación social.

Fotografía Boris de Swan

Bueno, bonito y ¿barato?

Mercancía robada

Por Armando Aguilar, Gabriela Márquez, Lorena Romo y Areli Castellanos

El robo de mercancía es un negocio redondo para quien gusta de vivir del trabajo de los demás: cero inversión y un nicho de mercado ansioso por obtener la mejor calidad al menor precio, pero de manera ilegal... ¿es usted cómplice de esta práctica?

Seguramente, en algún momento, usted se ha encontrado con una "ganga" tan increíblemente buena que de inmediato duda de que se trate de un producto legal. En efecto, en la gran mayoría de los casos, su sentido común le dice la verdad: se trata de un artículo robado. Tal vez usted se pregunte: ¿a mí en qué me afecta que las grandes compañías pierdan un poco de su gran fortuna si yo adquiero aquel producto? La respuesta es que al comprar artículos robados está más inmiscuido de lo que se imagina.

"¡Bájate, sin trucos!"

Todo comienza en las carreteras o en las calles de las ciudades de nuestro país. "No hablamos de un grupo de asaltantes improvisados, se trata de delincuentes organizados, expertos en el tema y que tienen modos de operar muy bien definidos", afirma el licenciado Roberto Aguas Becerra, fiscal especial para el robo de vehículos públicos y de transporte de la Procuraduría General de Justicia del Distrito Federal.

De acuerdo con el inspector Ángel González Ramírez, director de Seguridad en Caminos Federales de la Coordinación de Seguridad Regional de la Policía Federal Preventiva, el *modus operandi* de los delincuentes no siempre es el mismo: la mayoría de los asaltos (aproximadamente el 63 por ciento) se realizan interceptando las unidades de carga con otros vehículos, en zonas aisladas y oscuras, o al momento en que los conductores hacen una parada momentánea; pero también existen otras estrategias para detener el paso de los transportes, como la obstrucción de los caminos con troncos o piedras, e incluso el montaje de falsos retenes.

Sin embargo, la mejor descripción de un asalto la puede hacer quien lo ha vivido. Roberto González transporta refacciones para automóviles, actividad que ejerce desde hace más de diez años: "La verdad sé bien a lo que estoy expuesto y por lo tanto no me arriesgo, nunca confío en nadie y si me llegan a atracar, como ya me pasó en dos ocasiones, no me resisto y dejo que se lleven la camioneta, al fin que está asegurada".

Una postal con una oración y una leyenda en el parabrisas, "primero Dios, volveré", son su única protección, basada en su fe inquebrantable. "Recuerdo mi primer asalto, muy 'decentes' me gritaron: 'Buenas noches... ¡Bájate, sin trucos!' En ese momento me paralicé, lo que me costó un par de golpes que no me dolieron por el miedo tan fuerte que sentía. La camioneta la encontraron dos días después, claro, sin la mercancía".

Una vez que los delincuentes se apoderan del transporte, trasladan los productos a bodegas clandestinas, en donde los almacenan hasta conseguir documentación apócrifa que les permita comercializarlos con relativa facilidad. El eslabón final de la cadena son los comerciantes de artículos de origen ilegal. Éstos se distribuyen, principalmente, en mercados ambulantes como el de Tepito, San Felipe de Jesús, La Lagunilla y Mixcalco, en el Distrito Federal, mientras que en estados como Guadalajara y Monterrey se comercializan en los mercados donde se consiguen productos de segunda mano.

A decir del licenciado José Refugio Muñoz, director general de la Cámara Nacional del Autotransporte de Carga (Canacar), que agremia alrededor de 4 mil empresas y 32 mil personas físicas (lo que significa un 70 por ciento del total de los prestadores del servicio a nivel nacional), "la actividad de los transportistas es de alto riesgo porque la mayoría de los productos que llevan en sus camiones tienen un alto costo, y el hecho de que anden por todas las carreteras los hace las víctimas ideales de los delincuentes. Es más fácil asaltar un camión que un banco y, la mayoría de las veces, lo que llevan en el camión representa más que el botín de cualquier sucursal bancaria".

Para el licenciado Muñoz, la delincuencia surge por razones de índole social y económica: "Los que se dedican a esta actividad buscan, en un principio, satisfacer sus necesidades a través del dinero fácil, sin embargo, terminan por ser parte de la delincuencia organizada; prueba de ello es que en los momentos en que nuestro país pasó por una de sus más severas crisis (después de la devaluación del 94), se registró el aumento más grande de robo a transportistas, 200 robos por día en las principales ciudades del país. Después, gracias a que el país entró en un proceso de recuperación y a las acciones que emprendimos junto con las autoridades, logramos disminuir los asaltos".

Las cifras del robo

El licenciado José Refugio Muñoz asegura que las cifras que más reflejan cómo ha golpeado la delincuencia a su gremio son las proporcionadas por el último Resumen Siniestral (julio-diciembre de 2001) de la Asociación Mexicana de Instituciones de Seguros, A. C. (AMIS). Este reporte indica que durante el periodo mencionado, el número de siniestros pagados por robo y asalto a transportistas de mercancías ascendió a 4,433; de igual forma señala que los estados más afectados del país son el Distrito Federal (que registró 2,415 siniestros), el Estado de México (con 693), Jalisco (con 328) y Nuevo León (con 163).

La AMIS pone especial atención en el D. F. por ser el que presenta mayor incidencia. En este sentido, las delegaciones más afectadas, en orden de gravedad, son Cuauhtémoc, Iztapalapa, Miguel Hidalgo, Gustavo A. Madero, Coyoacán, Iztacalco, Azcapotzalco, Venustiano Carranza y Benito Juárez.

Por cierto, ¿sabe usted cuáles son las mercancías más robadas? De acuerdo

con la AMIS, en primer lugar se encuentran los abarrotes (en el último semestre de 2001 se pagaron 766 siniestros por robo y asalto); le siguen las refacciones de autos (503 registros), la ropa (427), los aparatos eléctricos (347), y la ferretería (112).

A diferencia de lo que la gente cree, la mayoría de los robos y asaltos se llevan a cabo durante el día y no por la noche; en el mismo periodo (segundo semestre de 2001) se registraron 1,649 asaltos y robos en el horario matutino, 1,633 en el nocturno y 1,151 en el vespertino.

El camino a la solución

Desafortunadamente, los 48 mil kilómetros de carreteras federales no son los únicos lugares donde existen riesgos para los transportistas. Cifras de la Policía Federal Preventiva (PFP) señalan que uno de cada cuatro asaltos que sufre el transporte de carga en el país ocurre en las carretera aledañas al Distrito Federal. Del total de atracos que se registran anualmente, seis de cada diez se realizan en los tramos carreteros dentro del área metropolitana de Querétaro, Puebla, Hidalgo, Morelos, México y la capital del país.

Los robos carreteros en los estados fronterizos del norte y del sur representan apenas el 3.3 por ciento del total, según el último reporte del Programa Nacional de Seguridad en Carreteras (que dejó de funcionar en el año 2000).

Gracias a las acciones de la PFP, durante el 2001, el asalto a transportistas disminuyó un 27 por ciento, en comparación con el 2000. Durante los dos primeros meses de este año, la PFP reportó menos asaltos en la red carretera en comparación con el mismo periodo del año pasado, es decir, 35 por ciento menos (de 119 a 78) entre enero y febrero del año en curso. En este mismo lapso, los policías federales capturaron a 1,237 presuntos delincuentes y frustraron 12 asaltos.

¿Divina tentación?

Toda esta actividad delictiva no existiría sin el último eslabón: el consumidor de mercancía robada. Para muchos mexicanos, la tentación de comprar un producto a un precio menor de su valor es irresistible. Toño, vendedor ambulante desde hace 15 años, lo explica mejor: "Esto sí es negocio. La gente prefiere comprarme un paquete de pilas a diez pesos que entrar a una tienda de autoservicio, formarse y pagar 25 o 30 pesos y perder 20 minutos".

Toño prosigue: "La mercancía la consigo en Tepito, aunque corro el riesgo de que me 'atoren' y me la decomisen, pero de ahí no pasa. Aquellos (los judiciales) me preguntan que quién me la vendió; yo les muestro las notas, que por supuesto son falsas, y 'la libro'. Eso sí, no todo lo que se vende en el ambulantaje es de origen ilícito, claro que también vendemos cosas a la buena, facturadas. De dónde sale la mercancía es lo de menos; para nosotros lo importante es seguir trabajando".

Tal vez a muchos consumidores les resulta fácil sucumbir ante tales precios, y no se percatan de que esa acción tarde o temprano tiene consecuencias.

Los transportistas de todo el país y los fabricantes han tomado medidas para prevenir el robo de productos. El director de Canacar explica: "Contratamos seguros cuyas primas son muy elevadas dada la cantidad y la calidad de la mercancía, y el alto riesgo que implica transportarla. También pagamos servicios de seguridad privada que escolte a los camiones. Algunas empresas se han visto obligadas a blindar sus vehículos y, en algunos casos, a emplear tecnología de rastreo y localización vía satélite. Desde luego, lo anterior tiene un costo, y aunado a lo que las empresas pierden por los asaltos, son pérdidas que de alguna manera los fabricantes tienen que recuperar, ¿a través de quién?, pues del consumidor".

El robo de mercancía suele afectar a tal grado a las empresas, que las lleva a disminuir o a detener su producción. Cuando se cierran fábricas por esta cau-

sa se genera una gran pérdida de empleos. Ejemplo de lo anterior es el caso de Guess, empresa que cuenta con 20 maquiladoras establecidas en todo el territorio nacional, las cuales se ven constantemente afectadas por el robo de mercancía. Uno de los percances más recientes ocurrió en julio de este año, en el cual perdieron 20,330 pantalones, con un costo de 600 millones 600 mil pesos. Ante los frecuentes asaltos sufridos, la empresa piensa seriamente en retirar su producción en México, lo que originaría la pérdida de casi 4,800 empleos.

Al respecto, otro dato lo proporciona la Cámara Nacional de Comercio del Distrito Federal: por cada persona que se dedica al comercio informal (donde más se comercializa mercancía robada) se pierden aproximadamente tres empleos en las empresas formalmente establecidas.

¡Comprar robado es un delito!

Las consecuencias más palpables de comprar artículos robados son tan obvias que parece increíble que los consumidores no las tengan en cuenta, y que no se considere que al comprar estos productos no se puede reclamar por algún defecto de fabricación, no se puede hacer válida ninguna póliza de garantía y que, según es fama en lugares como Tepito, a la vuelta de la esquina otros delincuentes tomarán de nuevo la mercancía que el consumidor acaba de pagarles.

Por lo anterior, es necesario señalar que no sólo los asaltantes y vendedores de mercancía robada son sancionados con multas y cárcel: los consumidores también reciben su castigo, porque la compra de mercancía robada es un delito del fuero común, es decir, que cada uno de los estados persigue y sanciona a los que lo cometen.

Más aún, el artículo 164 del Código Penal Federal contempla sanciones para quien incurre en este tipo de acciones delictivas: cuando un grupo de tres o más personas (asociación delictuosa) se unan con el propósito de llevar a cabo un delito, como podría ser un robo, la justicia los puede condenar a prisión de cinco a diez años y aplicar una multa de 100 a 300 días de salario mínimo vigente en la ciudad en que se lleve a cabo el ilícito.

El castigo se incrementará de acuerdo con la manera en que se haya llevado a cabo el asalto, con violencia, premeditación u otra circunstancia que ponga en desventaja a la víctima.

No sólo los que cometen el asalto se encuentran en serios problemas, como lo señala el mismo Código Penal Federal, sino también la gente que vende y compra de manera consciente este tipo de mercancías. El artículo 368-ter establece que al que comercialice en forma habitual objetos robados, a sabiendas de ello, se le sancionará con una pena de prisión de seis a 13 años, y una multa de 100 a 1,000 días de salario mínimo.

Por su parte, el artículo 368-bis señala que quien posea, enajene o trafique de cualquier manera, adquiera o reciba deliberadamente cosas robadas, se hará merecedor a penas de tres a 10 años en prisión, y a pagar una multa de hasta 1,000 días de salario mínimo.

Y si una persona desconoce que lo que está adquiriendo es robado, también se hace acreedor a una sanción de un mes y medio a un año y medio de cárcel y de siete a 30 días de multa, según el artículo 400.

Todos debemos actuar; las autoridades están realizando su tarea, y a nosotros, consumidores, nos corresponde fomentar la comisión de estos ilícitos no comprando mercancía de dudosa procedencia.

Otra forma de contribuir es participar en el programa Alerta ciudadano, de la Secretaría de Seguridad Pública, que consiste en denunciar de forma anónima el robo a transportistas a través del teléfono 01800-440-3690 larga distancia sin costo.

El robo y venta de mercancía es sólo uno de los grandes males del consumo que tiene que enfrentar el comercio formal en nuestro país; existen dos más que afectan gravemente las cadenas productivas: la piratería y el contrabando. ¿Sabía usted que a causa de estos dos delitos el erario público, es decir, el dinero de todos los mexicanos, deja de recibir ingresos anuales hasta por 9,600 millones de pesos tan sólo en el Distrito Federal? Pero de ello hablaremos en nuestro número de diciembre.

Fuentes Entrevista con el licenciado Roberto Aguas Becerra, fiscal especial para el robo de vehículos públicos y de transporte de la Procuraduría General de Justicia del Distrito Federal • Inspector Ángel González Ramírez, director de Seguridad en Caminos Federales de la Coordinación de Seguridad Regional de la Policía Federal Preventiva • Licenciado José Refugio Muñoz, director general de la Cámara Nacional del Autotransporte de Carga (Canacar) • Doctor Rodolfo García García, jefe del Departamento de Asuntos Penales, Profeco • Resumen Siniestral (julio-diciembre de 2001) de la Asociación Mexicana de Instituciones de Seguros, A. C. (AMIS) • Código Penal Federal • Sondeo de mercado

¿Es usted cómplice?

Por Gabriela Márquez Cruz

Perfumes, ropa de prestigiadas marcas, aparatos electrónicos... bienes de lujo que todos queremos, pero no siempre podemos adquirir. ¿Qué tanto está dispuesto a hacer para obtenerlos? ¿Los compraría a un comerciante que se los ofrece a muy bajo precio, aun a sabiendas de que puede ser mercancía robada?

Todos sabemos que comprar mercancía robada es un delito que nos puede llevar a la cárcel. Por eso yo prefiero adquirir lo que necesito en locales establecidos, tiendas de autoservicio o con personas conocidas que me entreguen factura.

El robo de mercancía fomenta la corrupción. Los consumidores podemos contribuir a disminuir este problema no comprando productos de dudosa procedencia y esforzándonos un poquito por conseguir de manera legal los bienes que deseamos.

José Antonio Carrillo Torres
24 años
Ingeniero en sistemas de audio

"El robo de mercancía fomenta la corrupción."

"Compro los productos que necesito en negocios establecidos porque no deseo impulsar el robo de mercancía."

Compro los productos que necesito en negocios establecidos porque no deseo impulsar el robo de mercancía, pues éste y su venta son una mafia que, algunas veces, incluso involucra a los dueños que se autorroban para cobrar los seguros.

Creo que el robo de mercancía y su comercialización son el resultado de que no se fomente la honestidad en los niños desde la escuela y la casa. La única manera de solucionarlo es que los padres inculquen este valor a sus hijos desde pequeñitos, para que cuando se conviertan en adultos puedan realizar un cambio.

Teresa Magaña Barocho
32 años
Diseñadora gráfica

La razón por la que compro productos en el tianguis es porque ahí son más baratos. Tal vez las personas que roban camiones con mercancía lo hacen por necesidad, aunque nosotros también contribuimos, ya que sólo deberíamos consumir lo que es legal y no lo que es robado, aun cuando sea más económico. Yo he comprado ropa, comida y jabón que, por su bajo costo, sé que son robados.

Creo que para terminar con esta práctica ilícita, los fabricantes deberían abaratar sus productos, para que así fueran más accesibles y pudiéramos obtenerlos sin necesidad de recurrir a esta venta ilegal.

Rosalba Ángeles Onofre
Estudiante de archivonomía y sociología
24 años

"La razón por la que compro productos en el tianguis es porque ahí son más baratos."

Yo nunca he consumido productos robados, generalmente compro los aparatos electrónicos en una tienda establecida que me ofrezca seguridad y garantía. Los individuos que compran bienes robados con conocimiento de causa están encubriendo a los ladrones, por eso la corrupción y el robo han crecido tanto.

Enrique Gamboa
54 años
Dependiente de comedor

"Los individuos que compran bienes robados con conocimiento de causa están encubriendo a los ladrones."

Para mí es muy importante obtener los artículos que utilizo en establecimientos departamentales, por la calidad que ofrecen y porque si están en mal estado puedo hacer válida la garantía, beneficio que no ofrecen los vivales que venden objetos robados y que obtienen una gran ventaja ofertándolos a muy bajos costos.

Yohali Reséndiz
27 años
Periodista

"Para mí es muy importante obtener los artículos que utilizo en establecimientos departamentales, por la calidad que ofrecen y porque si están en mal estado puedo hacer válida la garantía."

"Me parece inaudito el robo de mercancía y su venta, y creo que la única manera de combatirlo es con una cultura y una educación."

El único sitio en el que compro productos es en almacenes grandes, porque sólo ahí encuentro seguridad, garantía y calidad. Me parece inaudito el robo de mercancía y su venta, y creo que la única manera de combatirlo es con una cultura y una educación, impartidas tanto en casa como en la escuela, acerca de todas las implicaciones que tiene el consumir productos robados o pirata. Sí es cierto que en nuestro país el poder adquisitivo no es el ideal, pero aunque sea un poco difícil ahorrar para comprar lo que deseamos, es mucho mejor que consumir productos robados.

Cristel Rosales Vargas
21 años
Estudiante de ciencias políticas

"Trabajo para una compañía de seguros y el robo de toda clase de artículos de consumo a transportistas es el pan nuestro de cada día."

Trabajo para una compañía de seguros y el robo de toda clase de artículos de consumo a transportistas es el pan nuestro de cada día. Además, los vendedores ambulantes que venden esta mercancía contribuyen a preservar este sucio negocio. Pero no sólo ellos hacen un mal a la sociedad, sino también los individuos que les compran, pues así contribuyen a que estos hurtos continúen.

Carlos Brera
54 años
Abogado

Autocuidado en salud

Si persisten las molestias...

Por Héctor Bolaños

El constante bombardeo de información acerca de nuevos remedios y medicamentos para combatir ciertas enfermedades lleva implícita la invitación de tomar en las propias manos la atención y cuidado de nuestra salud. A veces esto puede ser perjudicial, pero si se hace de manera responsable puede dar buenos resultados.

Para poner en práctica el tan preciado "ojo clínico" del que gozan algunos estudiosos de la medicina, se requieren varios años de estudio y, sobre todo, una práctica continua que permita desarrollar la habilidad para detectar y atender cualquier padecimiento; por ello, "recetar" a nuestros hijos o familiares cuando se enferman, resulta por demás inapropiado.

Sin embargo, el deseo por ocuparnos de algunos de los padecimientos que nos aquejan es comprensible si pensamos en la preocupación que desde tiempos inmemoriales ha acompañado a todas las culturas, grupos sociales, razas e individuos, de hacerse cargo del cuidado de su salud y de la de quienes los rodean.

Ponga mucha atención

Esta preocupación o deseo es lo que conocemos como autocuidado en salud, que, en su concepción más amplia, consiste en un proceso mediante el cual una comunidad o sus integrantes buscan prevenir o resolver, de manera temporal o definitiva, sus problemas de salud. Esta búsqueda se apoya en el conocimiento que dicho grupo o quienes lo componen tienen acerca de los síntomas o problemas de salud que sufren con mayor frecuencia, y comprende la identificación de éstos, la observación respecto de su evolución y gravedad, las medidas a tomar para prevenirlos o resolverlos, y la búsqueda de información o consejo, ya sea de alguien cercano o de un médico u otro profesional de la salud.

La dieta balanceada, el ejercicio, el descanso, el empleo de medicamentos y hasta de ciertos remedios caseros son algunas de las acciones que pueden tomarse.

Si cada persona se autocuida de forma adecuada, muy probablemente obtendrá buenos resultados, porque esta práctica es una forma efectiva de prevenir o resolver una cantidad importante de síntomas o problemas relacionados con la salud. Tan es así, que agencias sanitarias internacionales como la Organización Mundial de la Salud reconocen su valor, en tanto que gobiernos de distintos países, como Gran Bretaña, han incluido al autocuidado en sus planes de salud como forma de responder al deseo que tienen los individuos de responsabilizarse de ella o de optimizar los gastos que hacen en materia de salud.

La salud en sus manos

La necesidad de contar con algunos parámetros que ayuden a detectar los límites o características que tiene el "sano" ejercicio del autocuidado, es fundamental para que efectivamente se constituya en una práctica que ayude, y no en una forma de retrasar la búsqueda de atención médica con las muy lamentables consecuencias que esto tiene.

En primer lugar es necesario que cada persona aprenda a identificar los síntomas de algunos padecimientos, así como a evaluar la posibilidad de tomar ciertas medidas por su cuenta, o bien, recurrir inmediatamente al servicio de urgencias.

Por ejemplo, algunas de las situaciones de riesgo que no pueden esperar para su atención son los desmayos repentinos, dificultad para respirar acompañada de angustia y dolor en el pecho o brazo, vómito a consecuencia de un golpe en la cabeza, tos acompañada de sangre o de dolor persistente en la espalda, presencia de lunares que crecen o sangran, diarrea con sangre o moco, dolor intenso de cabeza, alteraciones en la visión y cualquier otro síntoma que implique cambios severos en la situación en la que normalmente nos desempeñamos.

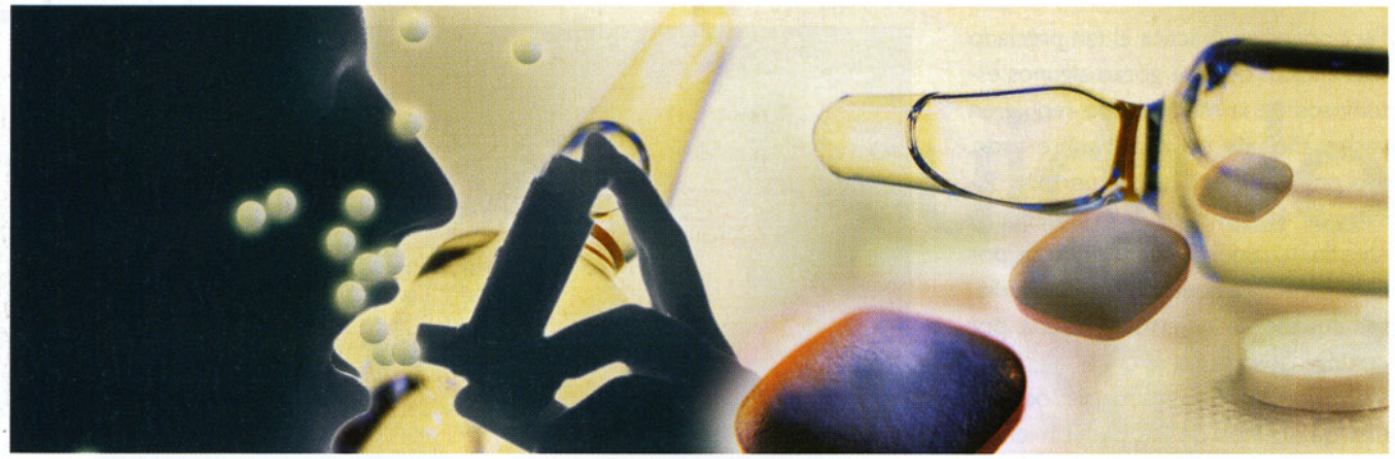
Por otro lado, existen molestias que no requieren ser atendidas con tanta urgencia y que constituyen los casos idóneos para poner en práctica el autocuidado, ya que no ponen en riesgo nuestra vida. Algunas de ellas son acidez y malestar estomacal, diarrea, gripe, congestión nasal, dolor de cabeza, irritación en los ojos, infecciones leves de la piel y dolores o contracturas musculares, entre otras.

¿Qué hay con la automedicación?

Por desgracia, la costumbre de adquirir y utilizar medicamentos sin receta médica es cosa de todos los días, y en la mayoría de los casos son las recomendaciones de familiares o amigos las que nos llevan a utilizarlos.

Por ejemplo, es común que la prescripción de un médico hacia determinado padecimiento se aplique en una situación semejante, aunque la enfermedad no sea la misma.

Por otro lado, el empleo de medicamentos que requieren receta médica para su adquisición, sin la intervención y supervisión de un médico, expone a



riesgos innecesarios a quien lo hace, ya que este profesional de la salud es el único que puede prescribirlos y señalar la dosis adecuada, así como sus posibles riesgos y beneficios.

Tenga en cuenta que las experiencias o conocimientos empíricos de algún familiar que se atreve a recomendar cualquier medicamento llevan implícitos un alto riesgo, porque cada organismo reacciona de diferente forma a determinadas medicinas.

Una prueba fehaciente de que en nuestro país se consumen indiscriminadamente y a gran escala medicamentos sin receta, es el uso que hacemos de los antibióticos. Esto ha contribuido considerablemente a incrementar la llamada "resistencia bacteriana", fenómeno que pone en tela de juicio la utilidad terapéutica de muchos antibióticos.

Autocuidado vs. autoprescripción

En México se dispone de una importante cantidad y variedad de medicamentos autorizados por la Secretaría de Salud para su venta sin receta médica, entre los que destacan los antigripales, analgésicos y productos para la tos, los cuales se denominan "sintomáticos". Asimismo existen productos que alivian algunos problemas comunes de salud, como el pie de atleta, las infecciones vaginales y otros que ayudan a dejar de fumar o a prevenir las deficiencias vitamínicas o de calcio.

Cuando compre sin receta

Puesto que muchos de los medicamentos que se comercializan pueden adquirirse sin receta, la mejor manera de conocerlos es a través de algunas de las instrucciones que aparecen en sus etiquetas y que, por cierto, nunca encontraremos en un medicamento que sólo se vende con receta.

Tales etiquetas cuentan con toda la información necesaria para hacer posible un uso adecuado de estos medicamentos. Además, en un lenguaje accesible explican:

- Indicaciones de uso
- Dosis recomendable
- Contraindicaciones y advertencias
- Posibles efectos
- Fecha de caducidad
- Recomendación de consultar a su médico en caso de que persistan las molestias.

Sin embargo, también debe poner especial atención en verificar que los medicamentos de venta sin receta incorporen en sus envases el registro de la Secretaría de Salud, lo que significa que el producto en cuestión ha sido evaluado y autorizado por la máxima autoridad sanitaria de nuestro país, para su uso sin supervisión médica.

Sospeche de aquellos productos que carecen de este registro y, en particular, de los que ofrecen soluciones únicas, radicales o inmediatas.

El empleo de estos medicamentos, de acuerdo con las instrucciones que aparecen en sus etiquetas, constituye lo que a nivel internacional se conoce como "automedicación responsable", lo que difiere completamente de la práctica referida en párrafos anteriores, misma que puede denominarse como "autoprescripción".

El autocuidado en salud es un tema trascendente en nuestra vida, y más aún si decidimos utilizar un medicamento por nuestra cuenta. En tal caso, es menester recurrir únicamente a los autorizados por la Secretaría de Salud para su venta sin receta, sin olvidarnos de leer y seguir las instrucciones que aparecen en sus etiquetas, especialmente aquella que nos indica que "si persisten las molestias, consulte a su médico".

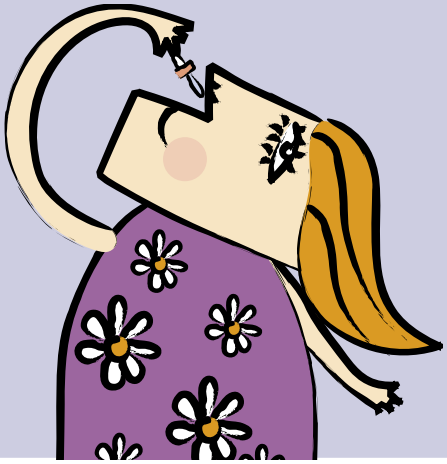
Fuentes E. Menéndez, "Autoatención y participación social: Estrategias e instrumentos en las políticas de atención primaria", en *Medicina tradicional 500 años después. Historia y consecuencias actuales* (1993)
- Varios autores, "*Common health disorders: selfcare and self-medication*", en *Atención primaria* (1995)
- N. Gasman, "*Responsible self-medication: a challenge to consumers and industry*", en *Proceedings of the 13th WSMI General Assembly & 35th AESGP Annual Meeting* (1999)
- H. Nakajima, "*Keynote address*", en *Proceedings of the WFPMM 9th General Assembly & 25th AESGP Meeting* (1989)
- J. Reinstein, *Marketing medicines for self-medication* (The Haworth Press, Inc., 1996)
- Secretaría de Salud, Programa Nacional de Salud 2001-2006
- S. Kelly, "*The UK market, government policy and the National Health Service (NHS) in 20 years*", presentación en la 1ª Conferencia Latinoamericana de la WSMI/ILAR (2002)

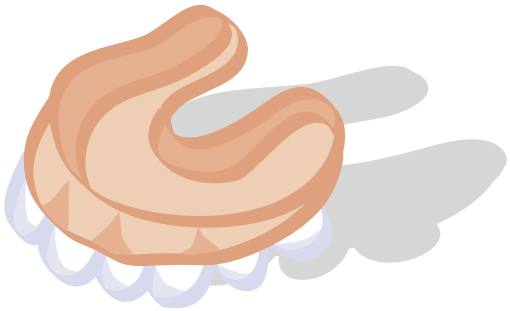
Hormonas vía nasal

Los tratamientos para controlar los trastornos relacionados con la menopausia son cada vez más innovadores, prueba de ello es un nuevo fármaco que emplea como principio activo la hormona 17 betaestradiol que, además de disminuir los bochornos hasta en un 76 por ciento, contribuye a fijar el calcio en los huesos.

Una de las novedades de este fármaco, creado por un reconocido laboratorio francés, es que se administra por la nariz, por lo que entra al torrente sanguíneo a través del epitelio nasal (tejido delgado que cubre el interior del órgano), eliminando con ello los efectos secundarios intestinales y hepáticos que provocan los medicamentos ingeridos por vía oral; además, no genera sobrepeso ni aumento de los niveles de triglicéridos.

Sin embargo, pueden presentarse algunas molestias como mareos, sangrado intermenstrual, dolor abdominal y en los senos (mastalgias), por lo que es indispensable que su empleo se realice bajo estricto control médico.





Adiós a los postizos

Es probable que en unos diez años, tener una sonrisa perfecta, libre de caries o malformaciones, no resulte tan difícil como lo es en la actualidad. Imagine una vida sin molestas dentaduras postizas, puentes ni coronas.

Esto será posible gracias al trabajo de un grupo de científicos del Instituto Forsyth de Boston y de las escuelas de Medicina de Harvard y de la Universidad de Nagoya en Japón, quienes fueron los primeros en cultivar una estructura dental a partir de células madre porcinas.

Estos dientes, denominados "biológicos", se forman a partir de un polímero biodegradable que se obtiene de cierto ti-po de células (troncales) provenientes de la dentadura de los cerdos. Luego de 20 o 30 semanas de ser implantado, el polímero se desarrolla en estructuras similares a la de la dentina, la pulpa dental y el esmalte.

El proyecto continúa y, según Pamela C. Yelick, cabeza del equipo y experta en mecanismos genéticos de la formación y desarrollo de la cara, boca y cráneo en humanos y vertebrados, el paso siguiente es el cultivo de raíces dentales.

Semillas radiactivas

El cáncer de próstata es uno de los temores más grandes de cualquier hombre maduro. Afortunadamente, desde hace dos años existe en México una opción sin cirugía para el tratamiento de esta enfermedad: la braquiterapia.

Dicha técnica consiste en la implantación de unas semillas de titanio, del tamaño de un grano de arroz, que contienen dos elementos radiactivos: yodo y paladio. Las semillas se introducen directamente en la próstata con la finalidad de reducir el riesgo de desarrollar efectos colaterales adversos, como impotencia e incontinencia.

El doctor Roberto Vega Serrano, jefe de urología del Centro Médico La Raza (IMSS), asegura que, previo a la aplicación de las semillas es necesario realizar un ultrasonido y una planimetría, es decir, un plano interno del lugar donde se ubica exactamente el padecimiento, para conocer así el número de semillas y la zona en la que se llevará a cabo el implante.

Uno de los beneficios de la braquiterapia es que prácticamente toda la radiación se queda dentro de la próstata, y no es necesario retirar las semillas, pues su actividad radiactiva desaparece con el paso del tiempo.

Quién es Quién
en los precios

• Captamos semanalmente los precios de cientos de productos en una amplia red de establecimientos en 23 ciudades del país, para que usted pueda comprar mejor

Consulte la información de

Quién es quién en los precios

- llamando al Teléfono del Consumidor: 5568-8722
- visitando nuestra página electrónica: www.profeco.gob.mx
- solicitando un ejemplar gratuito del folleto en las delegaciones Profeco del área metropolitana

Además, con nuestro nuevo Sistema Interactivo, en Internet, arme su canasta básica y vea en qué establecimiento de la Ciudad de México ahorrará más.

Para ahorrar y comprar mejor,
¡compare precios!

¿Qué es un menú sabio?

Se trata de un menú muy bien balanceado y con alimentos de todos los grupos, que aporta los nutrimentos necesarios en las cantidades recomendadas para todas las edades. Incluye frutas y verduras de temporada, lo que significa más calidad y ahorro. Además, es sabroso y muy fácil de preparar.

¿Cómo funciona?

A cada uno de estos platillos, más el agua de frutas, se le ha asignado una letra que forma la palabra SABIO: S para la sopa, A para la ensalada, B para el plato fuerte, I del postre y O del agua fresca. Los menús sabios, calculados para una familia de seis integrantes, cubren el 40 por ciento de las necesidades diarias de energía, proteínas, grasa y fibra dietética, procurando que no se exceda el consumo de colesterol. En recuadro se añade el aporte nutrimental que corresponde a una porción de cada platillo.

Para la integración de los menús en ocasiones elegimos recetas que han enviado los lectores, las cuales adecuamos en cuanto a algunos de sus ingredientes con el fin de proporcionarles un mejor balance nutrimental.

Aporte nutrimental total de menú	
• Kilocalorías 858	• Proteínas 25 g
• Grasas 31 g	• Colesterol 80 mg
• Fibra 7 g	

Fotografías Boris de Swan

S

Crema de papa y calabacita

A

Tortitas de arroz reciclado

Recomendaciones dietéticas ponderadas para una familia promedio (6 miembros)

Grupos de edad	Kilocalorías (actividad moderada)	Hidratos de carbono (g) 60%/Kcal	Fibra dietética (g) Niños: edad+5 adol. y adul.:10/1000 Kcal	Proteínas (g) 10-14%/Kcal	Grasa (g) 25-30%/Kcal	Colesterol (mg)
Preescolar M y F (*) 3-6 años	1616	242	10	48	49	≤300
Escolar M y F 7-10 años	1850	278	14	56	57	≤300
Adolescentes M y F	2375	356	20	71	73	≤300
Adulto femenino	2100	315	21	63	64	≤300
Adulto masculino	3100	465	31	93	95	≤300
Adulto mayor M y F	2075	311	21	62	63	≤300
Total familiar (100%)	13,116	1,967	117	393	401	≤1,800
Rango de aporte del Menú sabio **familiar** (35-45%)	4591-5902	688-885	41-53	138-177	140-180	630-810
Rango de aporte del Menú sabio **individual**	765-984	115-148	7-9	23-30	23-30	105-135

Fuente Dirección General de Organización de Consumidores, Profeco

(*) M y F: Masculino y femenino

Tortitas de arroz reciclado

6 porciones

Ingredientes

- 1 taza de arroz preparado (90 g)
- 1 huevo (55 g)
- 1 jitomate grande (300 g)
- 1/4 de cebolla (65 g)
- 1 diente de ajo (2 g)
- 2 hojas de laurel
- 12 aceitunas deshuesadas y picadas (25 g)
- 6 alcaparras finamente picadas (5 g)
- 1/4 de taza de aceite (60 ml)
- sal y pimienta al gusto

Preparación

1. Mezcle el arroz con el huevo y forme tortitas delgadas del tamaño de su preferencia.
2. Caliente el aceite y fríalas. Escúrralas sobre papel absorbente para eliminar el exceso de grasa.
3. Licue el jitomate, la cebolla y el ajo; sofría la mezcla en una cucharada de aceite, agregue un poco de agua, las hojas de laurel, las aceitunas, las alcaparras, sal y pimienta. Deje que se cocine a fuego bajo hasta que espese a su gusto.
4. Agregue las tortitas al caldillo cuando esté bien caliente.

Aporte nutrimental por ración

- Kilocalorías 206
- Proteínas 3 g
- Grasas 12 g
- Colesterol 44 mg
- Fibra 1 g

Receta enviada a Profeco por
Araceli González de México, D. F.

Crema de papa y calabacita

6 porciones

Ingredientes

- 1/2 kg de papas partidas en trozos
- 1/2 kg de calabacitas partidas en trozos
- 1 taza de leche (240 ml)
- 1/4 de cebolla (65 g)
- 1 cucharada de mantequilla (10 g)
- 1 cucharada de aceite (10 ml)
- 1 cucharada de consomé de pollo (10 g) o sal
- 1 bolillo cortado en cuadritos y tostado (60 g)
- pimienta al gusto

Preparación

1. En una olla caliente el aceite y la mantequilla; sofría la cebolla, las papas y las calabacitas. Agregue agua hasta cubrir las verduras y añada el consomé o la sal. Déjelas al fuego hasta que se cuezan.
2. Una vez que se enfríen, lícuelas muy bien.
3. Vierta nuevamente la mezcla en la olla; agregue la leche y un poco de agua hasta obtener la consistencia deseada. Sazone con pimienta, disminuya el fuego y mueva constantemente para evitar que la crema se pegue. Una vez que suelte el hervor, la sopa estará lista.
4. Sirva caliente con trocitos de pan tostado.

Aporte nutrimental por ración

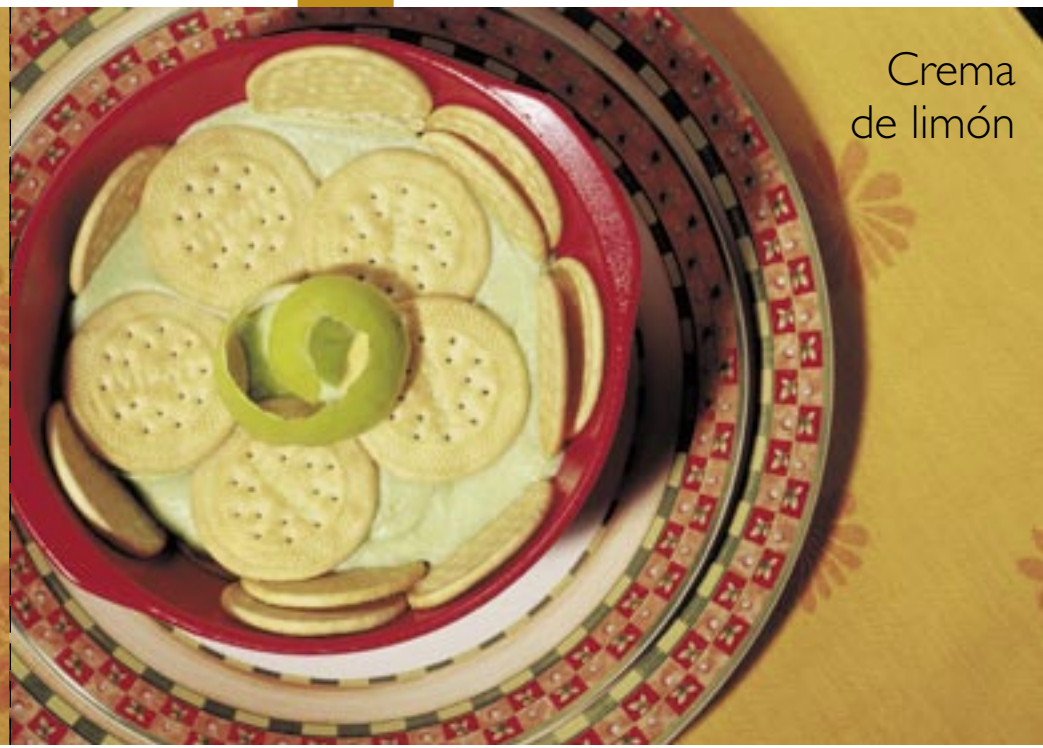
- Kilocalorías 147
- Proteínas 5 g
- Grasas 4 g
- Colesterol 13 mg
- Fibra 2 g

Receta enviada a Profeco por
Gloria Cárdenas de Saltillo, Coahuila

B

Rajitas jarochas

I



Crema de limón

O

Agua de cítricos con hierbabuena

Cómo comprar y conservar

calabacitas

Crema de limón
12 porciones

Ingredientes

- 1 lata de leche evaporada (410 g)
- 1 lata de leche condensada (397 g)
- el jugo de 3 limones (75 ml)
- 1 1/2 paquetes de galletas marías (270 g)
- 1 taza de piña en almíbar cortada en cuadritos (260 g)

Preparación

1. Mezcle perfectamente la leche condensada y la evaporada.
2. Agregue el jugo de los limones y bata hasta que adquiera una consistencia cremosa.
3. Acomode en un refractario una capa de galletas, báñelas con un poco de la crema de limón y esparza algunos cuadritos de piña.
4. Repita la operación hasta terminar con los ingredientes. Refrigere para que cuaje o, si lo prefiere con consistencia de nieve, congélelo.

Aporte nutrimental por ración

- Kilocalorías 249
- Proteínas 8 g
- Grasas 5 g
- Colesterol 13 mg
- Fibra 1 g

Receta enviada a Profeco por Sandra Espino Trejo de Ciudad Hidalgo, Michoacán

Rajitas jarochas
6 porciones

Ingredientes

- 2 pimientos morrones verdes, desvenados y en rajas (200 g)
- 2 chiles poblanos, desvenados y en rajas (200 g)
- 3 chiles jalapeños, desvenados y en rajas (60 g)
- 2 elotes tiernos, desgranados y cocidos (500 g)
- 2 jitomates (270 g)
- 90 g de queso añejo en trocitos rectangulares
- 1/4 de cebolla (60 g)
- 3 cucharadas de aceite (30 ml)
- 2 dientes de ajo asados (4 g)
- 3 pimientas negras asadas
- 2 clavos de olor asados
- 1 pizca de cominos asados
- sal al gusto

Preparación

1. En una cazuela, caliente el aceite y sofría las rajas de todos los chiles.
2. Licue el jitomate, la cebolla, las especias y el ajo. Vierta el caldillo sobre las rajas y deje que sazone hasta que el jitomate se oscurezca.
3. Agregue los granos de elote, disminuya la flama, añada media taza de agua y un poquito de sal. Deje cocinar durante algunos minutos.
4. Agregue el queso, mezcle cuidadosamente y retire el guiso del fuego.

Aporte nutrimental por ración

- Kilocalorías 165
- Proteínas 8 g
- Grasas 10 g
- Colesterol 10 mg
- Fibra 3 g

Receta enviada a Profeco por Yolanda Castillo Pineda de Poza Rica, Veracruz

• Al comprarlas, fíjese que no presenten raspaduras ni magulladuras y escoja las de consistencia firme, piel brillante y color verde claro. Si tienen textura blanda o arrugada evite adquirirlas, porque ello indica que no están frescas.

• Las calabazas, entre más pequeñas y tiernas, son más jugosas y sabrosas.

• Para conservarlas mejor, guárdelas en el cajón de las verduras del refrigerador, sueltas o dentro de una bolsa de plástico o de papel con perforaciones. También puede mantenerlas en un ambiente fresco y ventilado, lejos de los rayos del sol.

• Es preferible consumirlas dentro de los 5 o 6 primeros días posteriores a su compra.

• La calabaza se encuentra en el mercado durante todo el año, pero en ciertas regiones escasea en la época de lluvias.

• Algunas calabazas tienen un sabor amargo, y si no se percata a tiempo malogrará el guiso. Para evitar lo anterior haga un pequeño corte en cada extremo de la calabaza y frótela hasta que se elimine una sustancia lechosa, tal y como con los pepinos.

Contenido nutrimental

• La calabacita es rica en hierro, potasio, vitamina C y betacarotenos (forma en que se encuentra la vitamina A en los vegetales).

• Es muy baja en calorías y en sodio, por lo que resulta conveniente incluirla en las dietas para reducir de peso.

Agua de cítricos con hierbabuena
12 vasos

Ingredientes

- 1/3 de taza de hojas de hierbabuena limpias y picadas
- el jugo de 2 limones
- 1/3 de cáscara de limón finamente rallada
- 1/2 taza de jugo de naranja
- 120 g de azúcar
- 2 1/2 litros de agua

Preparación

1. En una taza de agua ponga a hervir la hierbabuena para hacer un té.
2. Disuelva muy bien el azúcar en el agua restante. Añada el té de hierbabuena previamente colado.
3. Agregue el jugo de naranja y el de limón, junto con la ralladura.
4. Mezcle perfectamente los ingredientes y sirva con hielo.

Aporte nutrimental por cada 2 vasos

- Kilocalorías 91
- Proteínas 1 g

TÚ tienes el PODER

PROFECO lo respalda

El **peligro** de los **rayos UV**

Capa de OZONO

Por Armando Aguilar y Gabriela Márquez

Si usted cree que el tema del deterioro progresivo de la capa de ozono es un asunto del pasado, ya sea porque no hay forma de remediarlo o porque el problema está bajo control, se equivoca: falta mucho por hacer y en ello el papel de los consumidores es muy importante.

La atmósfera está compuesta por capas de gases que rodean y protegen al planeta, de los cuales uno de los más importantes es el ozono. Su función es vital porque protege a los seres humanos, a los animales y a las plantas de la radiación solar ultravioleta, que sin esta capa sería imposible de soportar.

El ozono se forma por la acción de la luz solar sobre el oxígeno, y se crea y destruye de manera constante; este proceso natural es imposible de reproducir artificialmente.

El ingeniero Francesco Castronovo Solana, coordinador de la Unidad de Protección al Ozono de la Secretaría del Medio Ambiente y Recursos Naturales (Semarnat) nos comenta: "Cuando el ser humano le agrega a la naturaleza una sustancia ajena, propicia un desequilibrio destructivo. És el caso de los clorofluorocarbonos (compuestos de cloro y flúor) que al ser liberados en la atmósfera se descomponen por la acción de la luz solar, tras lo cual el cloro reacciona con las moléculas de ozono y las destruye".

En 1974, las investigaciones de los químicos F. Sherwood Rowland (estadunidense) y el mexicano Mario Molina, demostraron que los clorofluorocarbonos transportados a la atmósfera por los movimientos del aire eran los primeros ejecutores de la capa de ozono, lo que significaba un asunto grave; este importante descubrimiento les permitió ganar el premio Nobel de Química en 1995.

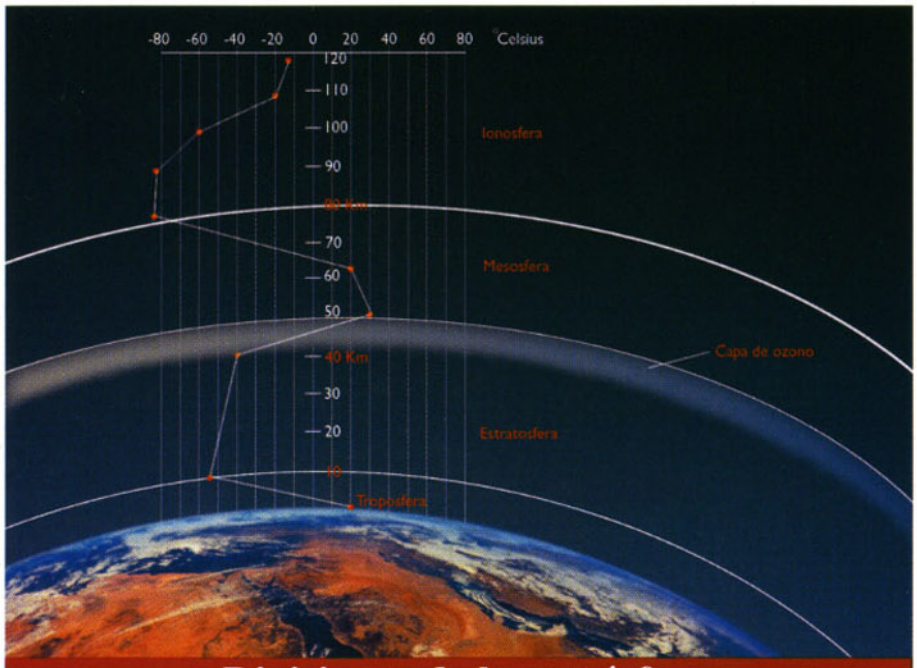
Sin embargo, fue en 1985 cuando una estación de sondeo británica detectó que en la Antártida la concentración del manto de ozono prácticamente ya había desaparecido. Para 1987, el tamaño del "agujero" se asemejaba al del continente europeo. Dichas evidencias llevaron a varios países a firmar el Protocolo de Montreal, que hasta la fecha funciona como un instrumento jurídico internacional, mediante el cual las naciones se obligan a tomar medidas encaminadas a congelar la producción y el consumo de los clorofluorocarbonos y demás químicos que dañan la capa de ozono.

Dentro de las acciones que se han aplicado destaca el diseño de calendarios de eliminación en los que se indicaba que México, al igual que los demás países en desarrollo, debía erradicar el consumo de estas sustancias en el 2010, mientras que las naciones desarrolladas debían hacerlo en 1996.

"Depredadores" del ozono

De acuerdo con el ingeniero Francesco Castronovo, éstas son las sustancias que más atentan contra la capa de ozono:

Los clorofluorocarbonos (CFC). Son gases compuestos de flúor y cloro. Se utilizan en sistemas de refrigeración y aire acondicionado y en aerosoles. Otros productos que se suman a la lista son disolventes, resinas, plásticos y unicel. Mención aparte merecen los inhaladores de dosis médicas, pues se admiten y están protegidos debido a que se utilizan en la industria farmacéutica para el tratamiento del asma.



Divisiones de la atmósfera

La capa de ozono es la zona de la atmósfera que comienza a partir de los 40 km de altura por encima de la superficie del planeta y tiene un espesor aproximado de 10 km.

La vida atmosférica de los CFC es muy larga, de hecho pueden mantenerse activos entre 100 y 200 años aproximadamente, lo que los convierte en el enemigo número uno del ozono.

Los halones. Son sustancias que se encuentran en los gases extintores de incendio; tienen un potencial de devastación 50 veces mayor al de los CFC, pero su consumo se ha reducido un 80 por ciento a nivel mundial.

Los óxidos de nitrógeno. Están contenidos en los fertilizantes, y también son dañinos para la capa de ozono.

Los efectos

De los diversos tipos de radiación ultravioleta que existen, la más peligrosa para los seres vivos es la ultravioleta beta (UVB), ya que es una radiación de onda corta similar a los rayos X (entre más corta es la longitud de onda, más fuerte es la energía).

El deterioro sustancial de la capa de ozono permitiría el fácil acceso de los rayos UVB, lo que traería una serie de consecuencias catastróficas. Esto es sólo una muestra de lo que podría pasar:

Uno de los ecosistemas más afectados sería el marino, por el daño que sufriría el fitoplancton (algas microscópicas, base de la cadena alimenticia en los mares). También la flora se vería perjudicada, pues las plantas y los cultivos se volverían más pequeños y de bajo rendimiento; además se podría alterar su composición química, reduciendo su valor nutritivo y aumentando su toxicidad.

Aunque los CFC no son un factor determinante, sí contribuyen en el calentamiento global que afecta la química de la troposfera (zona inferior de la atmósfera) provocando huracanes, lluvias y sequías; sin dejar de mencionar el deshielo de los *icebergs* del Ártico y el Antártico que al derretirse provocarían que suba el nivel del mar, desatando inundaciones en zonas que están al nivel del mar o debajo de él, como Holanda, que quedaría totalmente anegada.

En cuanto a la salud humana, el deterioro del sistema inmunológico causado por la radiación ultravioleta provocaría alergias y algunas enfermedades infecciosas como malaria y herpes, además de una respuesta deficiente a las vacunas contra diversas enfermedades; de igual forma se incrementarían padecimientos como eritemas (enrojecimiento e inflamación de la piel), envejecimiento prematuro, cáncer en la piel, daño en las córneas, y enfermedades como cataratas y ceguera.

Por último, la gran cantidad de energía de los rayos ultravioleta dañaría el material genético de los seres vivos, ocasionando mutaciones.

Recomendaciones de salud

No se exponga durante lapsos prolongados al sol, primordialmente al mediodía y en verano, porque es cuando los rayos caen con mayor intensidad.

Para quienes viven en la capital del país, la Secretaría del Medio Ambiente del Distrito Federal ofrece en su página en Internet (www.sma.df.gob.mx) y Locatel (5658-1111) información sobre los índices de radiación UV registrados cada hora y, de acuerdo con los tipos de piel que existen, el tiempo que una persona puede exponerse a los rayos del sol. El Sistema Meteorológico Nacional y el Instituto de Geofísica de la UNAM trabajan en un proyecto con el que se pretende proporcionar esta información a todos los estados de la República.

Si desea saber si el sol al que está expuesto es particularmente peligroso, es aconsejable que en un plano horizontal observe el tamaño de su sombra sobre el suelo; si es corta o muy corta significa que el sol está en un punto elevado del cielo y por lo tanto la radiación solar ultravioleta es de cuidado.

La zona más afectada

En la parte central del planeta, llamada Ecuador, el recubrimiento de ozono es más delgado que en los polos; sin embargo, curiosamente el polo sur está más afectado.

Debido a la unión de las masas de aire, los CFC se depositan en grandes cantidades sobre los cristales de hielo que forman las nubes del polo sur; durante el invierno antártico (septiembre y octubre) las corrientes de aire prácticamente desaparecen, lo que favorece la estancia de los CFC en esa zona; durante noviembre y diciembre, cuando inicia la primavera antártica, la reacción fotoquímica del sol con los CFC libera las inmensas cantidades de cloro almacenadas, destruyendo las moléculas de ozono, lo que ha provocado un enorme agujero en esta parte del mundo.

Cabe señalar que los índices UV en México son estables y no hay factores de mucho peligro; sin embargo es necesario cuidarse, ya que nuestro país se encuentra cerca del Ecuador y esta zona es la de mayor incidencia de rayos UV, por lo que la radiación solar es más directa.

El papel del consumidor

La Oficina Regional para América Latina y el Caribe del Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente señala algunas acciones con las que los consumidores podemos contribuir a preservar la capa de ozono:

• **Sistemas de aire acondicionado automotriz y de uso residencial.** Déles mantenimiento regular para que evitar que haya fugas de líquido refrigerante. Al prevenir fugas se protege la capa de ozono y se evitan gastos inútiles.

Es necesario mencionar que el aire acondicionado de los autos utiliza diez veces más sustancias dañinas que los refrigeradores domésticos.

• **Extintores de fuego.** Adquiera aquellos que están elaborados a base de espumas, CO_2 o polvos químicos; evite los que contienen halones.

• **Refrigeradores domésticos.** No quite la escarcha con picahielos o cualquier otro objeto punzocortante, ya que eso puede perforar las tuberías del evapador por donde circulan las sustancias refrigerantes que contienen CFC. Es conveniente introducir un recipiente con agua caliente para que el hielo se desprenda poco a poco.

Los modelos recientes de refrigeradores ya no hacen escarcha ni utilizan refrigerantes con CFC; si va a adquirir uno, pregunte al vendedor si cumple con tales características.

En caso de que su refrigerador necesite una reparación contrate técnicos especializados que tengan los conocimientos y las herramientas adecuadas para no dañar el sistema refrigerante.

• Adquiera con confianza aquellos productos que llevan la leyenda "no daña la capa de ozono" o "libre de CFC". La Secretaría del Medio Ambiente y Recursos Naturales (Semarnat) ha implantado restricciones (destacan las Normas Oficiales Mexicanas: NOM-021-ENER/SCFI/ECOL-2000 y NOM-022-ENER/SCFI/ECOL-2000) en cuanto al consumo nacional de sustancias nocivas, así como revisiones y visitas continuas a las empresas que se dedican a la fabricación de productos que contienen CFC.

Pero esto no es suficiente, por lo que la Semarnat trabaja en una iniciativa para expedir una Norma Oficial Mexicana más para limitar la entrada al país tanto de enseres domésticos y comerciales, como de aires acondicionados nuevos y usados que no comprueben que están libres de clorofluorocarbonos.

Por último, se puede decir que México es el único país que presentó en el Protocolo de Montreal, ante la comunidad internacional, una iniciativa acelerada de eliminación (alrededor del 85 por ciento) de dichas sustancias dañinas.

En opinión del ingeniero Castronovo, la restauración del agujero de la capa de ozono sucederá alrededor del año 2040 o tal vez antes, debido a que el consumo de sustancias perjudiciales para el ozono se ha reducido más del 80 por ciento en todo el mundo.

Fuentes Entrevistas con el ingeniero Francesco Castronovo Solana, coordinador de la Unidad de Protección al Ozono de la Secretaría del Medio Ambiente y Recursos Naturales (Semarnat), y con el ingeniero Marco Pinzón, funcionario del Programa Acción Ozono para Latinoamérica y el Caribe del Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente

• www.rolac.unep.mx/ozonoaction/esp/capaozon/htm

Imagina, recorta, pega y envía

Tarjetas navideñas

Por Lorena M. Romo

¿Quieres sorprender a tus familiares y amigos con un lindo detalle esta Navidad, pero no tienes mucho dinero? Aquí te damos algunas ideas para elaborar unas originales y económicas tarjetas con las que podrás enviar tu cariño, vía correo ordinario, a las personas que amas.

Tarjetas tipo vitral

Materiales

- dos pliegos de cartoncillo negro
- papel celofán amarillo, rojo, verde y azul
- gis blanco
- tijeras
- pegamento
- hojas de colores
- sobres (la cantidad y el tamaño dependen del número de tarjetas que quieras enviar)

Cómo hacerlas

1. Recorta el pliego de cartoncillo o cartulina de acuerdo con el número de tarjetas que quieras regalar, y dobla cada pieza por la mitad.
2. Con el gis, dibuja en la portada el motivo navideño que prefieras. Puedes elegir alguno de los que te sugerimos en las tarjetas con semillas.
3. Recorta el fondo de cada una de las partes que integran tu dibujo, teniendo cuidado de dejar al menos medio centímetro del contorno de cada una de ellas.

4. Con el papel celofán, cubre la parte posterior de cada ventana, procurando alternar los colores. Una vez que termines, tapa con cartoncillo negro todo el reverso de tu vitral.
5. Forra el interior de tus tarjetas con las hojas de colores. Ahora podrás escribir tus propósitos y buenos deseos.
6. Coloca cada una de las tarjetas en un sobre y envíalas ya.

• • •

Tarjetas con semillas

Materiales

- un pliego de cartoncillo o cartulina del color que prefieras
- pegamento blanco
- plumones
- tijeras
- semillas (de girasol, maíz, arroz, alpiste, lentejas, frijoles, etcétera)*
- sobres (la cantidad y el tamaño dependen del número de tarjetas que desees enviar)

* Puedes sustituir las semillas por residuos de estambre, confeti, sobrantes de papel lustre o sopa de pasta pintada de colores.

Cómo hacerlas

1. Recorta el pliego de cartoncillo o cartulina de acuerdo con el número de tarjetas que quieras regalar, y dobla cada pieza por la mitad.
2. Con los plumones, dibuja en la parte frontal algún motivo o imagen navideña. Puedes elegir flores de nochebuena, velas, muñecos de nieve, campanas, piñatas, un árbol o cualquier otra imagen que se te ocurra.
3. Escribe dentro de cada una de ellas tus deseos y propósitos para Navidad y Año Nuevo.
4. Puedes decorar las orillas de tu tarjeta con ayuda de las tijeras, por ejemplo, redondeándolas o haciéndoles pequeñas ondas.
5. Aplica un poco de pegamento sobre tu dibujo y coloca las semillas una por una hasta que lo rellenes. Es importante que respetes las líneas que trazaste con los plumones, para que el dibujo no se distorsione. Procura emplear diferentes tipos y tamaños de semillas en cada zona.
6. Finalmente, guarda las tarjetas en los sobres y ¡envíalas!

Para mandarlas por correo

No hay nada más emocionante que recibir cartas o tarjetas por correo ordinario de las personas que amamos. Desafortunadamente, esta antigua costumbre se ha perdido con el paso del tiempo, por ello te invitamos a que en esta Navidad y Año Nuevo la retomes, y envíes por este medio tus buenos deseos a familiares y amigos.

- Pide a alguna persona mayor que te acompañe a la oficina de correos más cercana, ahí podrás adquirir los timbres postales que debes colocar al frente del sobre, en el ángulo superior derecho.
- En el otro extremo, anota tu nombre y dirección completos, esto es importante porque en caso de no encontrar al destinatario o la dirección, la carta te será devuelta.
- No olvides anotar al centro del sobre el nombre completo del destinatario, así como su domicilio, el cual debe incluir calle, colonia, delegación, código postal, estado, municipio y país.

Los días que tus amigos o familiares tarden en recibir su tarjeta dependen de la distancia a la que se encuentren. Considera que durante la época decembrina el correo tiende a saturarse, por lo que te recomendamos enviar tus tarjetas con varios días de anticipación.

Sugiere a tus amigos que utilicen el correo para enviar sus buenos deseos en esta temporada, seguramente les encantará la idea. Recuerda que no hay mejor detalle que aquel que lleva un sello personal; además, elaborar tus propias tarjetas fomenta tu creatividad, es divertido y, por si fuera poco, ¡barato!

Ilustración: Mónica Miranda

Con GM, la tercera **no** fue la buena

El 18 de agosto del año pasado compré al contado una camioneta Tracker 2001 en la agencia automotriz COMPASA San Ángel, de General Motors. A los ocho meses de uso normal el motor se quemó, por lo que hice válida la garantía. Después de dictaminar que la aleación de los metales de la máquina estaba mal y que la corrosión tapó todos los conductos, personal de esta agencia cambió el motor y los componentes que pudieran estar contaminados, sólo que se tardaron dos meses en entregarme la camioneta "arreglada".

A los diez días de uso el nuevo motor volvió a fallar, esta vez por un problema de bancada: segundo cambio.

Pocos días después, la camioneta volvió a dar problemas, por lo que el 27 de julio la tuve que llevar a la agencia a que le cambiaran el motor ¡por tercera ocasión!, y hasta la fecha no me la han entregado, argumentando que la tardanza se debe a que la planta General Motors no tiene refacciones.

Las consecuencias de esta falta de ética y honorabilidad por parte de General Motors me han causado un sinfín de contrariedades, problemas en mi trabajo y gastos extraordinarios durante cua-tro meses y medio. El pasado 31 de mayo interpuse mi queja ante **Profeco**, pero me gustaría advertir a los demás consumidores de las prácticas de esta empresa.

Laura Sánchez Navarro
México, D. F.

Gracias a la intervención de **Profeco,** la señora Sánchez y COMPASA San Ángel llegaron a un acuerdo después de que la empresa le entregó su camioneta en perfectas condiciones. En compensación por las molestias y gastos generados, la agencia extendió la garantía del motor de la camioneta por un año, y la del resto del vehículo por ocho meses, contados a partir de que venza la garantía original.

Envíenos sus experiencias relacionadas con la contratación de servicios y/o la compra de productos a Av. José Vasconcelos 208, piso 14, colonia Condesa, C.p. 06140, México, D.F., al fax (55) 5553-0574, o a rconsumidor@profeco.gob.mx

Los tenis y Martí

El pasado sábado 17 de agosto acudí a la sucursal Martí que se encuentra en Galerías Insurgentes para cambiar un tenis que tiene un defecto de fabricación: una cintilla por donde pasa la agujeta no viene cosida como todas las demás, lo que impide que el tenis se pueda amarrar.

Yo ya había realizado un cambio antes, porque la punta del tenis estaba despegada. Mi hermana acudió a recoger este cambio y por error firmó con fecha del 3 de julio de 2002, cuando en realidad era el 3 de agosto.

Bueno, pues al llegar a la sucursal de Deportes Martí de Galerías Insurgentes para realizar el segundo cambio, me atendió el vendedor Marco Antonio Báez, quien me dijo de manera tajante y grosera que no me haría el cambio, tomando como pretexto la fecha errónea que había firmado mi hermana y

¿Propina **obligada?**

Les envío un cordial saludo, y les escribo para comentarles que, últimamente, algunos restaurantes de Guadalajara están incluyendo un 15 por ciento por concepto de propina en el total de la cuenta.

No sé si esto esté permitido, pero creo que es incorrecto, pues muchas veces el servicio no es tan bueno, y si uno no se fija bien, puede acabar pagando doble propina. Además, estas gratificaciones deben ser voluntarias, a decisión del cliente y conforme el servicio recibido.

Margarita V. Salinas
Guadalajara, Jalisco

Agradecemos sus saludos y le informamos que, en efecto, usted tiene toda la razón: la propina es un gratificación voluntaria, que generalmente es de un 10 a un 15 por ciento sobre el valor total de la cuenta. Si algún establecimiento pretende obligarla a pagar propina, denúncielo en la delegación **Profeco** más cercana a su domicilio, ubicada en Marsella 49, 1er piso, Sector Juárez, col. Americana, C. P. 44140, teléfonos (333) 616-7667 y 613-9672.

alegando que la garantía había expirado, pues sólo tenía vigencia de un mes. Le expliqué el error y le mostré la nota de compra con fecha de 21 de julio de 2002, ¿cómo voy a hacer primero el cambio y después la compra? Él respondió que por el error en la fecha y porque ya me los habían cambiado una vez, no podían hacerlo de nuevo.

Le pedí que me mostrara la política de garantía de la empresa, a lo que él respondió de manera prepotente que no, diciéndome que ya había hablado con el coordinador de la tienda y que si quería los demandara, porque de todas formas ya no tenían el modelo en existencia. Además, me dio a entender que yo había provocado el defecto del tenis.

Yo me pregunto, ¿por qué no hay letreros en la tienda que indiquen que la devolución solamente es por una vez? ¿De qué sirve la garantía si no la cumplen como debiera ser? Martí promueve sus productos bajo el eslogan "En Martí su opinión sí cuenta", cuando en realidad sus empleados tratan mal a los clientes y no respetan sus derechos como consumidores.

Les agradecería la publicación de la presente con la finalidad de evitar que otros consumidores atraviesen por la misma experiencia.

José Salvador Juárez Pichardo
México, D. F.

De conformidad con la Ley Federal de Protección al Consumidor, específicamente en los artículos 7 y 42, todo proveedor o prestador de servicios tiene la obligación de cumplir con los términos, características, plazos, calidad, costo, garantías y demás circunstancias bajo las que se pactó el servicio o la compraventa, por lo tanto, y según lo que establece el artículo 92 de la citada ley, usted tiene derecho a la reposición del producto, la bonificación, compensación o devolución de la cantidad pagada cuando el bien no corresponde a la calidad, marca o especificaciones y demás elementos sustanciales bajo los cuales se haya ofrecido, independientemente del error en la fecha del primer cambio.

Usted puede hacer valer su derecho en la delegación **Profeco** más cercana a su domicilio, ubicada en Viaducto Río Tacubaya 22, colonia José María Pino Suárez, C. P. 01140, teléfonos (55) 5272-9808 y 5272-9847.

Lo único que necesita presentar son dos copias fotostáticas de su recibo o comprobante de compra, así como el nombre y domicilio de la sucursal de Deportes Martí.

En nuestro próximo número:

¿Caja **idiota** o **mágica**?

El televisor ha modificado mucho más que los hábitos de mucha gente en el mundo, por eso, en nuestro próximo número no sólo le diremos qué aparato tiene la mejor calidad y el mejor precio: también haremos una reflexión acerca de todo lo que hay detrás de ese invento revolucionario que es la televisión.

¿**Administra** bien su **aguinaldo**?

Póngase a prueba y descubra cuáles son las tentaciones que pueden hacer que la cuesta de enero sea más difícil de ascender que el Everest.

Cuánto **cuesta** la **Navidad**

La Navidad es una época de reunión y amor, sí, pero también de muchos gastos. Aquí le decimos qué tanto puede llegar a desembolsar en nombre del espíritu navideño.

Celulares, el servicio

Los teléfonos celulares nos comunican a casi cualquier parte; con ellos podemos recibir correos electrónicos, tomar fotografías o enviar faxes, pero, ¿qué tanto necesita estas funciones? Antes de contratar este servicio, sepa qué tanto le ofrecen los planes existentes.

Entre corsarios y **contrabandistas**

No se pierda la segunda entrega de este reportaje en el que le diremos el quién, el cómo y el cuándo sobre todos esos productos que se ofrecen por doquier pero que son piratería y contrabando.

La *Revista del Consumidor,* publicada mensualmente por la Procuraduría Federal del Consumidor (**Profeco**), está destinada a informar y a orientar sobre temas de consumo. Información sobre suscripciones, ventas y contratación de espacios para mensajes institucionales en los teléfonos 5611-7379, 5611-7523 o 5598-6781.
El contenido de los artículos firmados no necesariamente refleja la opinión de la revista ni de Profeco: se incluyen a partir de nuestros principios editoriales de búsqueda de pluralidad y diálogo entre corrientes de opinión. Está permitida la reproducción de los estudios del Laboratorio y/o los análisis de precios en cualquier otro medio que apoye la intención de informar a grupos más amplios de la población. **No se autoriza la utilización de la información publicada en la revista, con fines publicitarios o comerciales.**

Los análisis de precios y los sondeos de preferencias de los consumidores se publican como una referencia válida para las fechas indicadas en cada caso y son independientes de las acciones de verificación y otras que Profeco lleve a cabo en el cumplimiento de sus funciones.
Certificado de licitud de título núm. 1127 y de contenido núm. 639, expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas el 30 de abril de 1981. Se reservan todos los derechos respecto del título de esta publicación conforme a la Unión Internacional de Derechos de Autor. Registrada como correspondencia de Segunda Clase por la Dirección General de Correos, con el número PP09-0336. Características 218621140. Distribución nacional. Impreso en los Talleres Gráficos de México, Canal del Norte 80, colonia Felipe Pescador, C. P. 06280, México, D. F. Editora responsable: Mónica Braun. Tiraje: 100,000 ejemplares.

Nos modernizamos para darle

un mejor servicio

- Información
- Orientación
- Quejas
- Denuncias
- Suscripciones a la Revista del Consumidor
- Comunicación con la TV Revista del Consumidor y El Cuarto del Consumo
- Correo de voz
- Atención personalizada

En el Teléfono del Consumidor

5568-8722

01-800-903-1300

Con 60 líneas a su disposición las 24 horas, todos los días del año. Porque usted tiene el poder... **Profeco** lo respalda

• Cantidad de marcas de automóviles que se vendían en México en 1994: 6 • Cantidad de marcas de coches que se venden actualmente en nuestro país: 31 • Precio promedio de una entrada para un niño a Walt Disney World: 38 dólares, es decir, 380 pesos aproximadamente • Litros de leche que podrían comprarse con esa cantidad: 54 • Pesos que gasta anualmente la Secretaría de Salud en la atención de padecimientos relacionados con el tabaquismo en la República: 30 mil millones • Número de personas que fuman en México: 13.5 millones • Fallecimientos diarios a causa del tabaquismo en México: 144 • Precio del registro por dos años de un dominio con terminación .com, .info, .net o .org: 70 dólares, lo que equivale aproximadamente a 700 pesos • Costo del registro por dos años de un dominio con terminación .com.mx, .net.mx o .org.mx: 90 dólares, es decir, 900 pesos aproximadamente • Medios que utilizan las empresas estadunidenses para contactar a los consumidores en la red: correo electrónico 54%, páginas web 21%, otros 25% • Formas de pago más comunes que utilizan los consumidores en sus transacciones por Internet en Estados Unidos: tarjetas de crédito 39%, transferencias bancarias 24% y money order 13% • Quejas que atendió Profeco de enero a junio de este año: 78,814 • Número de expedientes que ingresaron a Profeco durante el primer semestre por infracciones de proveedores a la Ley Federal de Protección al Consumidor: 5,650 • Monto que alcanzaron las sanciones a proveedores en el mismo periodo: 26.6 millones de pesos • Contratos de adhesión registrados ante Profeco durante los primeros seis meses de 2002: 1,729

Fuentes *El Financiero*, agosto 27 de 2002 • Diario *Milenio*, junio 13 de 2002 • www.ssa.gob.mx • www.nic.mx • www.tumarca.com.mx • *Federal Trade Commission* • Informe de actividades Profeco enero-junio 2002

0 10722 99597 3 00309

Exhibir hasta el 30 de noviembre de 2002

Número 309 • Noviembre 2002

Revista del Consumidor